街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

City Life

We are Planet Sailors. since 1986

シティライフ北摂EAST版

2019 MAY vol.427 5

北摂EAST
高槻・茨木
摂津

発行 株式会社シティライフNEW www.citylife-new.com E-mail info@citylife-new.com ■〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL06-6338-0640 FAX06-6368-3505

4月25日発行 無料
シティライフは再生紙を使用し、植物性インキで印刷しています。

天気の良い日は…

第6回 カレ〜EXPO
2019 5/3(金・祝)→6(月・休) P.32〜P.33掲載

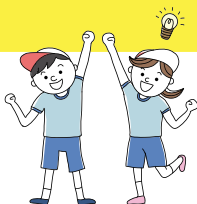
公園に行こう

P.6〜P.7に掲載

go to the park

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ Kids & Mom

子どもの運動能力が一気に伸びる

ゴールデンエイジ

「どうしたら運動が得意な子どもになるの?」と思ったことはありませんか。今月号は、子どもの運動能力に大きく関わるゴールデンエイジの過ごし方について紹介します。

ゴールデンエイジとは

アメリカの人類学者R・スキャモンが提唱する発達・発育曲線(図1参照)では、神経系器官(脳や脊髄など)の発達が5歳で成人の8割、12歳には成人レベルに達すると示されています。5~8歳は「プレ・ゴールデンエイジ」、9~12歳は「ゴールデンエイジ」と呼ばれ、神経系器官の発達が著しく、子どもの運動能力を飛躍的に伸ばすことができます。遊びや運動を経験することでゴールデンエイジ以降の基盤をつくることができます。

図1 スキャモンの発達・発育曲線

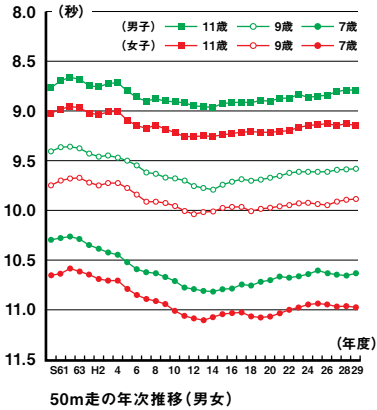
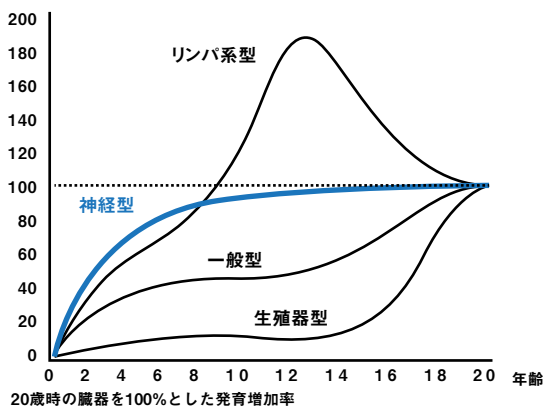
年々低下している子どもの体力・運動能力

文部科学省が行った調査(図2参照)によると、現在の子どもは30年前の子どもと比較して、ソフトボール投げや50メートル走など、ほとんどの項目で下回っています。和式トイレが使えない、背筋を伸ばして座れないなど、本来できるはずの動きができない子どもが増えています。

図2 平成29年度体力・運動能力調査結果の概要

(秒)
(男子) 11歳 9歳 7歳
(女子) 11歳 9歳 7歳
8.0 8.5 9.0 9.5 10.0 10.5 11.0 11.5
S61 63 H2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24 26 28 29 (年度)

50m走の年次推移(男女)

安田 良子先生
yasuda ryoko
この方に聞きました
武庫川女子大学 健康・スポーツ科学部講師。コンディショニング研究部部長。アスレティックトレーナーとしての豊富な経験と科学的根拠に基づく指導に定評がある。

0→4 years old

手足を使い神経を刺激する

手と足には多くの感覚センサーがあります。木や草、土や水といった様々な感触の物に触れ、日常生活を送ることで感覚機能を刺激し、姿勢を調節する機能が活性化され、転倒しにくくなります。姿勢を調節する機能が備わると運動時の基本動作が習得しやすくなります。この時期には、危険のない範囲内で家の中をハイハイで自由に動き回ることができる環境をつくると良いでしょう。

こんな運動がおすすめ

砂場遊び
砂を握ったり踏みつけたりすることで、手足の感覚を刺激し、動作を行う際に必要な神経の伝達速度が速くなります。バランスを取りやすくなったり、踏ん張りがききやすくなったりする効果が期待できます。一人歩きができる時期から行いましょう。

積み木遊び
手を用いて、視覚や聴覚情報を得ながら積み木を重ねたり、崩したり、並べたりするため、空間認知能力や脳機能の活性化につながります。※空間認知能力=例)対戦相手やボールとの距離感、ボールが飛んでくる方向がわかるなど

5→8 years old

昔ながらの外遊びが運動能力を養う

神経系が急激に発達し、運動の基礎能力を形成するのに適した時期です。特定のスポーツに限らず、遊びを通して楽しく運動することが大切です。

鬼ごっこや缶蹴りなど昔ながらの外遊びは、視覚や聴覚に働きかけ空間認知能力が養われます。また、対戦相手に勝つために作戦を練りながら運動するため、脳機能も活性化します。次のゴールデンエイジで基本的な運動スキル(投げる、走る、跳ぶ等)を獲得しやすくなります。

こんな運動がおすすめ

鬼ごっこ
鬼に捕まらないように逃げ回る中で、相手の動きを見ながら瞬時に次の自分の動きを決定するなど、仲間や鬼との距離感を学びながら基礎体力が身に付きます。

アスレチック
足を置く場所や手でつかむ場所を考えたり、手を思い切り伸ばしたり頭を低くしてかがんだりなど、全身を使って遊びながら総合的な運動能力を高めます。

9→12 years old

運動スキルがすぐに身につく神経発達の黄金期

将来、スポーツ特有の難度の高いテクニックを習得するためには、この時期に基本的な運動スキルを身につけることが大切です。また、特定の運動種目に特化するよりも全身をバランス良く動かす運動(体操やストレッチングなど)を取り入れましょう。全身運動を行うことにより総合的な運動能力が高まるうえに、怪我や故障を予防しながら運動能力を伸ばすことができます。

競技力を高めるためには、パワーやスピード、筋力が必要だと思いがちですが、それらの能力を伸ばすには不向きな時期です。一番大切なことは、スポーツを好きになり、継続することです。子どもが楽しめるようなポジティブな声かけ、環境づくりをしていきましょう。

こんな運動がおすすめ

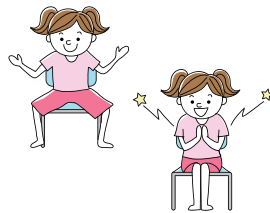
全身運動
骨の成長が著しく、怪我や故障をしやすい時期でもあります。水泳や体操などの全身を使った運動は怪我や故障の予防にもつながり、バランスのとれた体をつくることができます。

球技や対人スポーツ
投げる・蹴る・走る・跳ぶなどの多くの運動要素を含む球技や対人スポーツ。相手に合わせて動きを決める、予測するなど認知能力や判断力も養えます。

Check 運動神経を伸ばすコオディネーショントレーニング

1970年代に旧東ドイツのスポーツ運動学者が考え出した理論で、身体だけでなく脳や視覚なども使用して、複数のタスクを同時にこなすトレーニング方法。ゴールデンエイジの神経系の発達に大きな効果を発揮します。

リズムに合わせて身体を動かす、指示した方向にジャンプする、計算をして偶数なら右へ走るなど、バリエーションは豊富で楽しくトレーニングができます。これらを行うことにより、集中力や記憶力が向上するといった研究報告もあります。

3歳～12歳

今注目の"身体を巧みに操る"能力を育む

幼少期に発達する能力のなかで今注目されているのが、子どもの運動神経の発達に影響するという「コーディネーション能力」。これは、身体を巧みに操るための能力のことで、「タイミングを上手くつかむ」「崩れた態勢を立て直す」「状況に合わせて素早く動きを切り替える」「素早く反応して適切に動く」「全身をスムーズに動かす」「動いているものの位置関係を把握する」「道具などを上手に操作する」といった複数の運動能力から成るもの。さまざまな動き方をすることで養われるため、特定の運動だけでなく、多彩な運動を経験することが大切なのだとか。

同クラブではこの能力に着目し、スイミング・体育・ダンスから2つ選択可能で、割安なミックスコース（週2回）を新設。週3回のトリプルコースはもっとお得で、「スイミング週2＋体育orダンスを週1回」または「各種目を週1回ずつ」などの選択もOK！

また、同クラブでは子どもの運動能力を引き出すとともに、心身の健康を総合的にサポート。礼儀作法やマナーなど社会性の習得、イベントやサークル活動といった集団行動を通しての自主性、積極性の醸成など、豊かな人間性を育んでくれる。その他、フットサル・テニススクール受講の場合「複数受講540円割」適用OK。スクールバスも運行中で便利！

複数の種目を習うメリットは、「友だちが増える」「多様なスポーツを体験できて、楽しさがアップする」など、コーディネーション能力の向上以外にも多数！

Menu

- スイミング／体育／ダンス ……………… 月会費 各7,020円
- ミックスコース（上記から2種目） ……… 月会費 10,530円
- トリプルコース（上記から3種目orスイミング週2＋1種目） ……………… 月会費 14,040円

特典 「シティライフを見た」で
- キッズスクールの体験が**無料！**

※1人1種目1回限定。※既存スクール生も他種目体験OK。（6月末まで）

1.水泳の場合、「水中で身体を操る」「四泳法の技術を学ぶ」ことで動きの切り替えなど複数の能力が身につく。 2.鉄棒・跳び箱・マット運動で身体を動かし、汗をかく楽しさを体感！多様なスポーツの土台となる能力も養える。 3.ダンスでは多彩なジャンルのダンスに通じる基本ステップを習得。音楽にのり自在に身体を動かし、リズム感や柔軟性がアップ！

ザバススポーツクラブ デルタ店

高槻市朝日町1-5
受／平日10時～23時
　　土　10時～22時
　　日祝10時～19時
水曜定休　※スクールは実施。
☎072-684-1817

2歳～12歳

運動の基礎が育まれる体操

スポーツの基礎となる筋力、調整力、柔軟性が自然と身につく体操。走る、跳ぶ、投げるといった運動能力がともに向上する理想的な習い事だ。地元の子どもが多く通う地域密着型の"茨木スポーツクラブ"では、年代ごとに分けたプログラムがあり、子どもの発育をサポート。初心者だけではなく、本格的な競技指導を得意としている先生がいるため、高レベルの実績を残す子も多く在籍しているという。無料の1日体験会が随時実施されるので、参加してみては。

ホームページはコチラ！

Menu

- 1日無料体験会を実施中！
  まずは、どんな教室の雰囲気なのかを知りたいという方におすすめ。日程は随時。お申込み・詳細はお電話または、ホームページより。
- 1ヶ月体験会(有料)も随時受付中。

特典
この記事持参で
入会金3,000円→**2,000円に！**
（6月末まで）

茨木スポーツクラブ

茨木市平田2-17-15
近鉄バス「平田1丁目」バス停から徒歩3分
阪急バス「二階堂」バス停から徒歩4分
受／水・金10時～18時
　　月・火・木・土14時～18時
P有り（5台）
☎072-652-2255
http://ibarakisports.jp/

→は一方通行、車の場合は西松屋から平田中学校を周ってお入り下さい。

0歳～12歳

5月スイミング体験レッスン開催

「泳力にあったきめ細かな指導で苦手を克服できた！」と保護者からお墨付きのスクールでお得な体験会を実施！ベビークラスは水に慣れるだけでなく生活リズムの改善にも効果的で、ママのリフレッシュにもなって親子で楽しめる。

プールレッスン体験会

<キッズクラス>　料金：500円（税込）
- 体験者のみの特別クラス　5/12（日）11時～12時
対象：3歳～小学生　定員：20名
- 通常レッスンの体験参加　5/3（金祝）～5/21（火）
Aコース（2歳半～5歳）13時45分～15時（水・土のみ）
Bコース（2歳半～7歳）14時45分～16時（水・土は4才～）
Cコース（6歳～小学生）15時45分～17時
Dコース（小学生）16時45分～18時
定員：各日3名
＊上記以外の日は1,080円（税込）で体験会を実施。

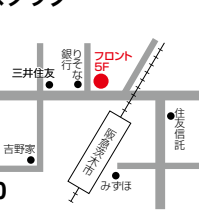
<ベビークラス> 5/4（土祝）～5/25（土）　料金：無料
対象6ヶ月～2歳半のおこさまと保護者
5月の水・土13時～13時40分
※どのクラスも体験はおひとり様1回限り

その他体験会　料金：500円（税込）
<体育スクール>　毎週火曜
（マット運動、跳び箱、逆上がり）
<キッズダンススクール>　毎週土曜
※日時、対象年齢はお問い合わせください。

特典 体験から1週間以内の入会手続きで
- 入会事務手数料2,500円→**無料**
- 指定水着・キャップ**25%OFF**
- 体験日当日お手続きの方は**50%OFF**（予約不可）

KTVフィットネスクラブ フレスコ茨木

茨木市永代町6-2
スポーツプラザ茨木4・5・6F
営／平日9時半～23時
（土曜～21時、日祝～19時）
木曜休館
P優待3時間200円
☎072-620-7800
http://www.ktvl.jp/

5歳～12歳

運動会で自信を持とう「かけっこ」で「できた」を実感する

「かけっこ」を中心に球技や水泳、鉄棒など、「体育の家庭教師」がそれぞれの運動のポイントやコツを教えてくれる『トータルスポーツ』。全国大会入賞者などレベルの高いスタッフが少人数で教えてくれるため、「いつもかけっこでビリだった子が一番になれた！」「逆上がりができるようになった」など成長が著しいという。「かけっこ教室」では腕の振り方や走る姿勢などポイントでみるみる効果が実感できる方法を教えてくれ、「キッズ陸上クラブチーム」では運動能力はもちろん、集中力や体感も養い、どんなスポーツでも応用できる能力が身につくという。練習内容の良さから遠方から通う子も多い。

～ 代表の岡田さんより ～

子どもの時に「目標」に対して「成功した」という体験は大人になっても残る「いい思い出」とともにとても素晴らしい糧となります。6歳から9歳までは何かに偏らず様々な身体の動かし方を行い自体重を扱える（コントロール）ようになっておいた方が良いのと、10歳から12歳は動き（感覚）の習得のピークで、吸収が一番しやすい時期になりますので、それを踏まえたメニューで笑顔づくりを基本に子ども達に自信を持たせ、土台作りを行っております。

1.「手の振り方はきゅうりをすばやくトントンと切るように」など具体的で子どもたちも分かりやすい。 2.歩幅を広くするため黄色いラダーを置いての練習。歩幅が広くなることでタイムが速くなる。

〈魅力的な様々なコースあり〉

①単発かけっこ教室
大阪府内の公園で週末「かけっこ教室」を開催
対象：5歳～小6
内容：早く走るためのポイントやコツ、腕の振り方や走る姿勢など
日程：4/28（日）服部緑地公園　9時半～10時半、
　　　4/29（月・祝）万博公園　10時～11時
5月のスケジュールはHPにて。
料金：2,500円

②個別スポーツ療育（出張レッスン）
内容：子どものレベルに応じて。体のバランスや筋力、集中力、コミュニケーション力、判断力、柔軟性、疲れにくく事故軽減などを目的にラダーやマークコーンを使ったり、ヨガやバランストレーニングといったレッスン
料金：マンツーマン1回　6,500円～
　　　グループレッスン（2名の場合1人あたり）4,300円～
※他にも出張レッスン、日時指定レッスンなどあり詳細はHPへ

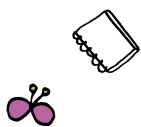
③キッズ陸上クラブチーム
対象：小1～小6　場所：茨木市内にて開催
内容：トップアスリートがコーチとなり、陸上競技を中心に球技や縄跳びなど、さまざまな種目を取り入れ、体の使い方やバランス感覚・俊敏性・集中力などを高めるためのトレーニングをおこなう。1年を通して各種大会に登録可。
日程：毎週土曜午前（月4回）
料金：月謝4,000円

かけっこ教室・体育家庭教師の トータルスポーツ Total Sports

☎0120-37-8464 ※レッスンは事前予約
トータルスポーツ で検索

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

Kids & Mom

子どもの持つ能力を引き出すスクールから
すこやかな成長をサポートする施設まで
子育てに役立つ情報をお届けします。

食育と口腔ケアに
特化した保育園

今までにない新しい形の保育園が誕生 認可園と同等の料金で高水準のサービス

待機児童数の急増が問題視されている茨木・高槻地域で、新しいタイプの保育園が誕生した。医療法人スマイルプランと河合塾を展開するKEGグループが保育を行う。

食育に力を入れ 口腔指導も万全

今春、茨木市舟木町に開園した「SPオーク保育園」は様々な特色を持つ、保育園。設置者は歯科の医療法人。そのため、歯科クリニックが同ビルに併設されており、保育中に定期歯科検診を受けさせてくれたり、プロによる食後の歯磨き指導が行なわれるなど口腔ケアに関するカリキュラムが充実している。また、食育に力を入れており、給食はすべて園内にある施設で調理。常に出来立てを食べることができて、食材も地場産を用いるなどこだわりが強い。

充実したサービスと 安心できる保育体制

運営するのは、関西で河合塾を展開するKEGグループ。十分な保育実績を持つので、安心して預けることができる。かさばる布団は園が保育料内で用意してくれるなど、サービス面も充実している。阪急茨木市駅から徒歩圏内で、大阪市内や京都への通勤でもゆとりをもった送迎時間が考慮されているのが嬉しい。保育園選びの選択肢のひとつとして考えてみてはいかがだろうか?

歯科クリニックと同じデザイナーが手掛けており、明るくこれまでの保育のイメージを変えるキレイな室内。

充実した調理整備。

企業主導型 保育園のメリット

Point

- 形式上は認可外だが、認可保育園と同様の設備や保育を実施
- 国が保育にかかわる費用を一部負担するため認可保育園に近い保育料
- 自治体による保育の必要性認定を受けることなく、直接施設との契約が可能

SPオーク保育園

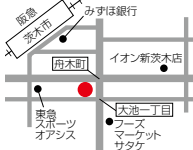
茨木市舟木町5-12
ホワイトビル2F
営／8時～19時 土日祝定休
072-600-0123

【入園説明】

随時開催中

詳細、説明会へのお申し込みはコチラより▶

【入園概要】

- 入園条件
  - ①厚生年金加入者の子ども（対象外の方は地域枠で受入）
  - ②週4日以上勤務の保護者の方
  - ③勤め先の勤務証明書または保育の必要性（求職状況申立書等）を説明するものが必要。
- **入園対象年齢**／0歳児（生後6ヵ月）～3歳児
- **保育料**／0歳～3歳 45,000円～47,000円 ※諸条件必要 連携企業に就業している場合は差し引きあり。
- **定員**／19名
- **開園曜日・時間**／月～金曜 8時～19時、土曜 8時～19時
- **入園方法**／園に申込後、面接と内科・小児科で入園前健康診断受診。
- **安心・安全**／茨木市の「家庭的保育等基準」「食品衛生法」「消防法」「建築基準法」「認可外保育施設指導監督基準」を基本に設置。
- **保育士配置基準**／100%（保育従事者全員が保育士資格を所有）

プールイベント

GWは家族みんなクリンピアで遊ぼう 大人気の遊具登場で子どもが大喜び

上）パワーパドラー。左）アクアチューブ。右）プールアスレチック。スイミングを運営している施設だから安全面もバッチリ！

25メートルプールいっぱいに浮かぶ大きなプールアスレチックや、自分で漕ぐのが楽しいパワーパドラー、水上を転がるアクアチューブなど入館料のみで遊べる遊具が日変わりで登場！プール・浴室・キッズルームの利用ができて、大きな駐車場も完備の人気施設。

4/28～5/6の営業は9時半～18時(入館17時まで)
プール利用:9時半～17時半、浴室利用:11時～14時
■パワーパドラー 対象:3歳～小学生
4/29(月祝) 30(火) 5/2(木) 6(月祝) 10時半～12時
■アクアチューブ 対象:3歳～小学生
5/1(水) 13時半～15時
■プールアスレチック
対象:小学生（130㎝）以上で12.5m以上泳げる方
5/5(日祝) 13時半～15時
※混み具合で遊具受付終了時間が早まることがあります。

高槻市立前島熱利用センター
クリンピア前島
高槻市前島4-18-1
営／10時～20時半、日曜は～16時半
浴室利用:11時～15時（日曜は14時迄）
水曜休館（祝日の場合は翌日）P有（100円/1日）
072-669-3165

【施設入館料】
大人 500円/小・中学生 250円/高齢者 250円/幼児 無料/障がい者手帳保持の大人 250円、高齢者と小中学生 120円

キッズスイミング1日体験募集

ジュニア
陶芸クラブ

陶芸で育む"発想力"と"想像力" まずは無料ロクロ教室から始めてみよう

小学生のお子さんをお持ちのお母さんに、ぜひお伝えしたい"陶芸"の魅力。多感な時期であるこの年代は発想力や想像力を育むには最適な年齢。陶芸は、どういったものを作るかを自分で考え、自分の手でカタチにしていき、自分の感性を表現していくものなので、発想力と想像力が育まれる！"FIELD土香"ではジュニア向けの陶芸クラブを開催していて、電動ろくろ・型などを使って、お皿や湯呑みを制作。さらには山遊び、美術館の見学、パーティなどまるで地域のクラブ活動のように様々なプログラムも用意されている。無料体験会が実施されるので、陶芸に少しでも興味がわいたら一度お問合せを。

実際に体験する[無料ロクロ教室]を開催！
「陶芸ってやったことないけど面白そう！」
「みんな、どんな風にやっているのかな?」
そう思ったら、まずは参加してみよう！
●参加費:無料
●日程:5/12(日)、19(日)、26(日) 各日11時半～
●定員:各日10名まで　※事前予約優先制
まずは電話にてお問合せを

創作陶芸家集団 今城焼窯元
FIELD土香
〈フィールド ドカ〉
高槻市氷室町1-15-20
受／10時～17時
072-696-7519

ジュニア陶芸クラブ（小学生～中学生対象）
入会金:3,000円　用具購入費:1,000円
費用:6,000円/月 (全40回)
開校日時:日曜10時～12時、火曜16時半～18時半

一斉+個別指導
学習塾

来年度の教育改革では"国語力"が 要求される　人より少し早く手を打とう

茨木市舟木町にある「め塾」は、独自のスタイルでやる気を刺激し、勉強が出来る子が実践している"正しい勉強のやり方"から教えてくれる学習塾。新学期になり"プレミアム国語"の授業が開講。"プレミアム国語"では小学校1年生からの文法を復習することにより語彙力も無理なく修得できる。「頑張っているのに、なかなか成績に結びつかない」「どの塾が良いのか分かりづらくて決めかねている」という方は、参加無料の説明会に行ってみよう！

当てはまることが2つ以上あればお電話を！
～国語ができないと、英語や算数にも影響してくる～
- 漢字の練習を国語の勉強と言って勉強している
- 文章はスラスラ読むけど内容がわかっていない
- 語彙力が弱い
- 主語と述語がすぐに答えられない
- 「てにをは」の使い方がよくわかっていない

入塾説明会
・5/18（土）・5/25（土）　各日10時半～11時15分
※参加無料　※TELにて事前予約制

自分で勉強できるように指導する学習塾
め塾
茨木市舟木町2-1 シャトー黒田211
ビジョンメガネさん2F
営／14時～22時
072-632-7773
http://www.mejuku.com

ほとんどの小学生は漢字の練習を"国語の勉強"と言います。しかし来年の教育改革で語彙力、文章読解力、文章表現力が要求されます。私たちにお任せ下さい。

め塾 長島宏明先生

Pick Up! 頼れる街の歯科医院 vol.2

20代～40代の女性にこそおすすめしたい最新技術のマウスピース矯正

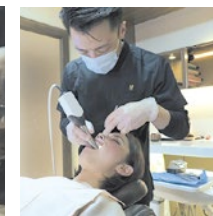
口元の美しさはもちろん、咬み合わせを良くし機能面も向上する矯正の必要性を感じている方は多いはず。でも、装置をつけるわずらわしさや、治療期間中の見た目を気にして敬遠している方が、特に大人世代で多いという。そんなお悩みを改善するために、個人個人のニーズに合わせて多様化している矯正について、医療法人スマイルプランにお話を伺いました。

進化したマウスピース矯正

相談に来られる方の多くが、矯正治療は高額、時間がかかる、痛そう、ワイヤーが見えると恥ずかしいというイメージをお持ちです。そのため成人してから、特に20～40代の方は治療を躊躇されるのですが、そういった方には当院では「インビザラインＧｏ」というマウスピース矯正による治療をご案内しています。薄さたった0.5㎜の透明のマウスピースを装着するだけなので、周りにほとんど気づかれることなく治療を進めることができ、自由に取り外しができます。プラスチック素材なので痛みも少なく金属アレルギーの方も安心です。

ＡＩを使った最新システム

マウスピース矯正は歯列全体をカバーする「インビザライン」と部分矯正「インビザラインＧｏ」の２種類ございます。ともに歯型をとる時に３Ｄスキャナーを使用し、ＡＩを用いてデータ化するので、診断時間の早さと精密度合いが格段に上がりました。どういった方法が適切かは患者さん次第ですが、同じ施設で両方の治療を実施しているのは全国でも当院を含めた数院しかありません。矯正治療が必要ないと思っていた方も治療法のバリエーションと、将来のシミュレーション（結婚、出産、子どもさんの入学式など）に合わせて検討される方も増えています。ご自身だけでなく、子どもさんと一緒にご家族で治療される方も多いです。

従来の石膏ではなく、最新の設備で口腔内の状態をデータ化

インビザラインとインビザラインGoの特徴

- ●装置が薄く透明に近いので目立たない
- ●自分で着脱可能なので、歯みがきがしやすい
- ●通院回数が少なく、痛みも少ない
- ●金属アレルギーの方でも安心
- ●インビザラインGoは部分矯正専用で比較的安価な提案が可能

相談の後、カウンセリングを用いて納得しての治療が可能

矯正担当医による無料相談会を開催

矯正の治療法は症例や年齢、生活スタイルにあわせて様々です。当院では、マウスピース矯正はもちろん、様々な治療法の相談会を無料で実施しています。この機会に気になることをお聞きください!

【開催日時】
さくら歯科クリニック ：毎週月曜日 10時～17時
やまもと歯科クリニック：毎週火曜日 10時～17時
※完全事前予約制、希望の時間をTELにてご予約ください。

医療法人 スマイルプラン
さくら歯科クリニック
［住　所］高槻市北園町13-28
［診療時間］平日9時～19時
土曜9時～16時
木曜・祝日休診
診療のご予約・お問い合わせ
TEL.072-686-2200
ホームページにて診療内容など詳細情報がご確認いただけます
http://www.smileplan-takatsuki.com

JR高槻／ミスタードーナッツ／みずほBK／松坂屋／〒／三井住友BK／セブンイレブン／天神の湯／高槻センター街／阪急高槻市／至梅田

やまもと歯科クリニック
［住　所］茨木市西駅前町5-21 津田ビル1F
TEL.072-625-8222

頑張るママ専用
追加料金不要の安心サポートパック

＊オーダーメイドで教習予約
＊前日までのキャンセル連絡で新たにスケジュール調整

年 齢	通常価格	特別価格
18～19歳	349,710円 →	303,570円
20～29歳	359,990円 →	313,850円
30～34歳	370,280円 →	324,140円
35～39歳	380,560円 →	334,420円
40～44歳	390,850円 →	344,710円
45～49歳	401,140円 →	355,000円

※2019年6月末までに教習スタートでAT車の方

※記載料金はすべて税込み

ペーパードライバーコース

苦手な部分を中心に丁寧に指導。
実践的な路上講習や希望の経路も相談可。
＊Aコース(6時間)…41,200円
運転からしばらく遠ざかっていて不安な方
＊Bコース(10時間)…62,000円
免許をとってからほとんど運転していない方
練習時間 月曜～金曜 9時～18時(夜間、土日祝は別途料金)

資料請求・お問合せ・お申込みは
大阪府公安委員会指定 **高槻自動車教習所**
http://www.tas-net.co.jp/ ☎072-675-6563
高槻市日向町１番３号
●JR高槻・阪急高槻駅より送迎バスで約10分
●阪急富田方面や阿武山南平台方面へも運行

高槻自動車教習所はおかげさまで57周年
教習生の方専用無料WiFi完備
2017年にリニューアルした新校舎!
最新ATハイブリッド車で快適教習

今撮って秋にお出かけ
5月末までの撮影で
お出かけ日6切1ポーズ または 5000円の焼き増し金券プレゼント
新しい衣装、新しい背景がお待ちしております。

おでかけシュシュプラン
5月特典前写し価格
人気のデザインアルバム「シュシュ」秋のお出かけ土日OK
お渡し全ポーズ画像付 1000×1400ピクセル
お名前入り! 年号入り! オリジナルデザインの可愛い布表紙アルバム。6種類のポーズで作成
三歳女児被布 18,800円(税別)
三歳五歳男児 18,800円(税別)
七歳女児 22,800円(税別)
5月の前写し お出かけ日6切撮影1ポーズ または 焼き増し5000円券
31×31㎝ 2面　ハーフキャビネ6面台紙

おでかけ台紙付8ポーズプラン
お得な5月の特典で前写し 秋にお出かけは土日でもOK!
台紙30×30cm 2面
三歳女児被布 17,800円(税別)
三歳五歳男児 17,800円(税別)
七歳女児 21,800円(税別)
5月前写し特典 秋のお出かけ日6切撮影1ポーズ または 焼き増し5000円金券プレゼント
お渡し全ポーズ画像付 1000×1400ピクセル
6面ハーフキャビネ

バルーンおりじなる8ポーズプラン
兄弟姉妹も衣裳着付け無料表示金額のみ(税別)
お渡し全ポーズ画像付 1000×1400ピクセル
七歳三歳兄弟で撮ってもこの価格 バルーンならではのプランです
12,800円
8ポーズ画像データ付
30×30cm 2面見開き　15×15cm 6面折りたたみ

もりもりプラン
衣裳美容着付け無料 兄弟姉妹も衣裳無料
お渡し全ポーズ画像付 1000×1400ピクセル
台紙付プランに豪華デザインアルバムをセット
19,800円
8ポーズ画像データ付
表紙カバーも写真入り
台紙30×30cm 2面　B5サイズ 6ページ
15×15cm 6面ハーフキャビネ
本格派、世界に1冊のお名前日付入りデザインアルバム
表紙も中ページも豪華ハードタイプ　B5サイズ6ページ

フォトスタジオ **バルーン** 0120-753-317
茨木スタジオ ☎072-638-6088　フォトスタジオバルーン 検索
茨木市園田町8-18 ビアリッツ茨木
営／10時～18時半　木曜定休・水曜不定休
高槻スタジオ ☎072-668-7456
高槻市千代田町5-5 木曜定休、水曜不定休
営／10時～18時半
▼ブログはこちら!　▼HPはこちら!

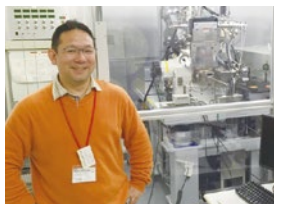
シティライフ読者限定クーポン!
BIGカレンダープレゼント!（通常3,500円 30×25cm）本格四切!
※2019年5月末までに撮影の方に限ります。撮影時、こちらのクーポンを必ずご持参ください。
※退色しにくい銀塩カラーペーパーを使用。
※他クーポン併用不可

From CityLife 編集部おすすめの1冊

『ねぇねぇはかせ、月のうさぎは何さいなの?』

大阪大学理学研究科で宇宙や月の研究を行っている寺田健太郎教授は、講演会やセミナーなどで、子ども向けに宇宙や月の話をする機会が多いという。「うれしいことに子どもたちは目をキラキラさせて、熱心に聞いてくれています。その会場でよく尋ねられていたのが、〝子ども向けの月の本は無いのですか?〟ということでした」。そこで、寺田先生は大阪大学出版会に相談し、イラストレーターの乾さんとの出会いをきっかけに制作をスタート。昨年12月にこの『ねぇねぇはかせ、月のうさぎは何さいなの?』を上梓した。「月に関する絵本や図鑑はいっぱいありますが、この本は月の石の年齢を調べるにあたって、私たち研究者が石を削ってオーブンで焼いて、また削ってそれを観察しているといった試行錯誤している様子も解説しています。この本のなかでやっていることは主に『数える』ことだけ。お子さんにもわかりやすい内容になっています」と寺田先生。

考えるプロセスや、こう考えていくと突き詰めていけるんだよということを伝えるのは、現場の研究者であるべき、と話す寺田先生。お子さんが宇宙や月に興味があるなら、ぜひ手にとっていただきたい1冊だ。

『ねぇねぇはかせ、月のうさぎは何さいなの?』
寺田健太郎 作／乾摩耶子 絵
A4変判 32ページ 上製
定価1,700円＋税
初版発行年月：2018年12月
出版元：大阪大学出版会
下記QRコードより購入可能

この方に聞きました
大阪大学 理学研究科 教授
寺田 健太郎 先生
1994年大阪大学理学研究科修了(理学博士)。広島大学助手、准教授、教授を経て2012年より大阪大学理学研究科教授。地球や月をはじめとする太陽系の歴史を紐解く「太陽系年代学」を推進。

天気の良い日は公園に行こう

朝起きて、青空が広がっていたら、公園にお出かけしてみませんか? テイクアウトグルメを持って行ったり、遊んだあとは近くのレストランでおいしいひとときを!

駐車場　授乳室　犬OK　売店　トイレ　おむつ交換台

公園がさらに楽しく!

より寛げる空間になっています!!

最近、公園の中におしゃれなカフェやショップができています。これは、平成29年に「都市公園法」改正によって、公園の運営に民間の活力を導入しやすくなったことが影響しています。市民の憩いの場としてはもちろん、環境や防災の機能を果たしたり、暮らしを豊かに彩ってくれる空間の誕生など、可能性がどんどん広がっています。GWにぜひ出かけてみませんか?

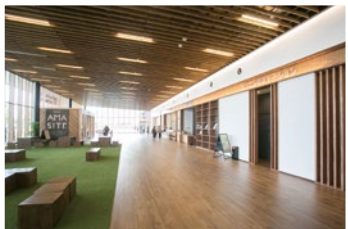
2019.3/23 一次開園

1 安満遺跡公園
〈あまいせきこうえん〉

高槻市八丁畷町12-3　駐車場150台(有料)
072-648-4725
https://www.seibu-la.co.jp/park/ama-sitepark/

歴史ある安満遺跡が防災機能も備えた魅力あふれる公園に

弥生時代の暮らしが垣間見える歴史資産「安満遺跡」を活かした緑豊かな公園。一次開園したエリア(2021年全面開園予定)には、パークセンターと広い人工芝や屋根付き広場、天然芝エリアがあり、ゆったりと憩いのひとときが過ごせる。駅から徒歩10分という好アクセスで高槻のセントラルパークとしていろいろ活用できそうだ。

公園内には「ボーネルンド プレイヴィル」やカフェレストランなどもオープン。

広々としたパークセンター内には、多目的スタジオや工作・調理室、シャワールームを備えたランニングステーションなどがある。

いろんな遊びで体を動かせる楽しいあそび場

子どもたちに大人気!

2 ボーネルンド プレイヴィル 安満遺跡公園

高槻市八丁畷町12-3
ボーネルンドパークセンター内
営／夏季10時～19時、冬季10時～18時
(閉店30分前 受付終了)
不定休　駐車場有り(有料)
072-668-3145
https://www.bornelund.co.jp/playground/playville

室内あそび場と屋外あそび場を組み合わせたプレイヴィル。ガラスに絵を描いたり、粘土を使って表現遊びをしたり、ボールプールやクライミングなど、体を使って遊べる。赤ちゃん専用のあそび場もあるので、小さなお子さんも自分のペースでゆったり遊べるのが魅力。屋外では水遊びや砂遊び、楽しい遊具で、全身で自然を感じながら思いっきり楽しもう!

(左下)空気の入った弾力のあるマットでジャンプしたり、転がったりして、反発力を楽しめる「エアトラックファクトリー」。(右下)外のお庭では、ポンプで水が出るので、砂遊びを存分に楽しむことができる。

利用料金

- 1日あそべるプラン(1日出入り自由)
  親子1組…1,500円
- 1ヵ月あそべるお得なプラン
  (購入日より1ヵ月間ご利用可能・平日のみ利用可)
  親子1組… 4,800円
  子ども追加(1人)……3,500円

緑に囲まれた木造一軒家の大型ピッツァリア&カフェ

2階からは安満遺跡公園一帯を見渡すことができる。席数も約300席と多いのでパーティーにもぴったり!

テイクアウトもOKな公園内唯一の飲食店

3 SUNDAY'S BAKE 569
〈サンデーズ ベイク ゴーロクキュー〉

高槻市八丁畷町12-7(安満遺跡公園内)
営／月～木・日 11時～22時半(LO)
金・土・祝前日 11時～23時(LO)
定休なし　150台有り(※公園内駐車場)
072-691-0569 https://sundaysbake569.jp/

カウンター内の薪窯で職人が焼き上げるナポリピッツァやトラットリアメニューがメイン。BBQが味わえる開放的なテラス席のほか、屋上にはハーブガーデンも併設している。店前のキッチンカーでは公園で楽しめるメニューのテイクアウトも!

本格ピッツァはもちろん、パスタや肉料理、具材がゴロっと入ったサラダもご用意。

Menu

- ニース風サラダ ……………………… 1,300円
- マルゲリータ…………………………… 950円
- ボロネーゼ キタッラ ………………… 1,200円
- USチョイス サーロインステーキ……… 2,800円

※ディナー&テイクアウトメニューは全て税別表記

特典

「シティライフを見た」で
- ディナーお食事ご来店のお客様に、乾杯のスパークリングワインをプレゼント!
- パーティープランご予約で、フリードリンク90minが120minに延長!(5月末まで)

テラス席はペットOK 駅前で愉しめる南国リゾート気分

駅前リゾートカフェでランチ&ディナー

4 隠れ家カフェダイニング プルメリアリゾート

高槻市芥川町1-7-25
営／ランチ11時半～15時
カフェタイム15時～17時
ディナー18時～22時
月曜定休
072-681-0969　24時間WEB予約▶

JR高槻駅徒歩1分、路地奥にある店内に入るとそこはまるでリゾート。バリ島直送の特注アジアン家具が揃い、ペアシートも大好評!お料理は玄米や野菜を使用するものが多く、豊富な種類から選べてどれも女子ウケ抜群。

同店名物スペアリブは必食!お箸でほぐれる柔らかさ。

テラス席は店外からの視線を気にすることなくゆったりできる。写真は平日限定ぴよちゃんランチワンプレート996円。ランチだけでなく夜の女子会コースも予約好評。

Menu

- ランチ
  … 796円～1,996円
- お料理コース
  ………… 4,000円～

特典

「シティライフ」を見たで
- ランチご注文の方、ソフトドリンクサービス
- ディナーお会計5,000円以上で1,000円引き

(5月末まで)　※価格は税別

充実の評判パン&サラダバーで優雅なランチを

公園が目の前の人気レストラン

6 GARDEN TERRACE LION 立命館いばらきフューチャープラザ店

〈ガーデンテラスライオン〉

茨木市岩倉町2-150
立命館いばらきフューチャープラザ1階
営／11時半～15時、17時～22時
※提携駐車場あり
072-645-5590

4月にランチメニューをリニューアル！サーロインステーキや柔らか肉のパスタなどの新・絶品ランチは、+390円でパン&サラダが食べ放題！焼きたてのクロワッサンやパン・オ・ショコラ、もちもちのフォカッチャ、フルーツサンドなど、日or月替わりで種類豊富に並ぶ。

(上)遠赤外線でじっくり焼き上げた、香ばしくて、やわらかくジューシーな名物「ローストビーフ」。
(右)ラグジュアリー感あふれる広々とした空間は、女子会などにもピッタリ。3～60名の個室利用もOK！

評判のパン&サラダバー。心ゆくまで味わって。

Menu ※価格は全て税別

- 彩り野菜ソースで食べるローストビーフ(90g)…1,180円
- サーロインステーキ(150g)…1,400円
- 柔らかなお肉のボロネーゼスパゲッティ…980円
- シラスとキャベツのパスタ…980円
- パン&サラダバー…+390円

特典

この記事持参で
ソフトドリンクor小ビールor赤ワイングラスを1杯サービス!※本券持参で4名まで利用可(5月末まで)

健康遊具でストレッチ

5 岩倉公園 〈いわくらこうえん〉

茨木市西中条町14-23

キャンパスに隣接した、防災機能も備えた公園

JR茨木駅からほど近い、立命館大学大阪いばらきキャンパスに隣接する岩倉公園。公園と大学が一体となったランドスケープは、2015年度の大阪府知事賞を受賞した。芝生広場と、すべり台やジャングルジムで遊べる遊具広場があり、遊具周辺の地面はクッション素材になっていて、小さいお子さんでも安心。また防災施設としての機能も併せ持ち、駐輪場にいくつかあるマンホールは『災害用トイレ』。他にも炊き出し時に利用できる『かまどベンチ』などもある。

ランチがお値打ち 広々ゆったりダイニングカフェ

公園の開放感を一緒に楽しむカフェ

7 Camping Kitchen

〈キャンピング キッチン〉

茨木市岩倉町2-150 立命館大学OIC内
営／11時～17時（フードLO16時、ドリンクLO16時半）※宴会利用22時まで
土日定休（貸切宴会は土日祝利用OK）
072-657-7587

広々と開放的なお洒落カフェ。雰囲気に加えて、日替わりや週替わりのハンバーグやパスタ、プレートメニューなど、ボリューミーでリーズナブルなメニューが充実し、「お昼はここ！」と毎日通う人も多い。ママ友会などの集まりにもぜひ！

ゆったりくつろげる広々としたログハウス調の店内。ソファ席やテラス席、かわいいテント風テーブル席と、多彩な席タイプをそろえているのも魅力。

Menu

- ハンバーググリル……780円
- Deliブレッド…………680円
- ココット……………680円
- 週替わりケーキ……480円

Deliブレッド、この日は「NY（ニューヨーク）ルーベンサンドイッチ」パストラミビーフとザワークラウトを挟んだ絶品メニュー。

BBQ芸人・たけだバーベキューさん監修のFOODメニュー（2人前2,000円～）も種類豊富。

8 万博記念公園

〈ばんぱくきねんこうえん〉

吹田市千里万博公園1-1 開園／9時半～17時
(入園は16時半まで)、水曜休園(祝日は除く)
駐車場有り(有料) 公園入園料 大人250円、小中学生70円
「b-base」の問合せ、予約は下記より
https://booking.b-base.jp/

巨大立体アスレチック迷路「迷宮の砦」と新しいBBQエリア「b-base」がオープン

グランピングが楽しめる新しいBBQエリア「b-base」。テント付きサイトは1区画1,000円～10,000円(食事セット2000円～、食材持ち込み不可)で利用できる。他にも5階層で構成された13mの巨大空間の立体アスレチック迷路「迷宮の砦」は、知力コースか体力コースを選んで楽しめる(3歳以上500円)。

みんなが喜ぶ選べるお弁当に話題のチーズハットグ

近くでTakeoutできる店

9 ベシャメルカフェEXPO

〈ベシャメルカフェエキスポ〉

吹田市千里万博公園2-1 ららぽーとEXPOCITY 1F
営／10時～21時(LO.20時半)
06-6836-7500

インスタ映えもバッチリのテイクアウトグルメが揃う、ベシャメルカフェ。話題のたっぷりのモッツァレラチーズに豚ばら肉を巻きつけた韓国風アメリカンドッグの「チーズハットグ」(420円)や、店内で好きなデリを選べるお弁当(990円)がおすすめ。喉が渇いたらタピオカドリンク(570円～)を。※価格はすべて税別

万博記念公園エリア

岩倉公園エリア

安満遺跡公園エリア

Ocean BOOK TRAVEL @IBARAKI
Forest BOOK TRAVEL @IBARAKI
City BOOK TRAVEL @IBARAKI
Art BOOK TRAVEL @IBARAKI

旅する気分で楽しむ読書時間。

2019 BOOK TRAVEL

@元茨木川緑地

入場無料

お気に入りの本を持ってでかけよう！

5.26 SUN. 9:30-16:00

※雨天時一部決行、荒天中止。公共交通機関をご利用ください。

茨木市役所周辺エリアを「オーシャン」「フォレスト」「シティ」「アート」の4つのゾーンに装飾。「本」と一緒に、旅する気分でゆったりと過ごせるイベントです。新緑が気持ち良い元茨木川緑地やその周辺エリアで、一人でのんびり、家族や友だちと賑やかに楽しんでください。

主催 茨木市　企画運営 シティライフ　問合せ 茨木市まち魅力発信課 tel.072-620-1602

最新情報は webをチェック　www.booktravel-ibaraki.com

「本のオアシス」で楽しい時間を

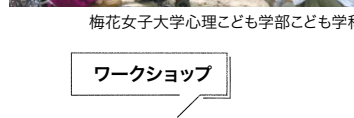
読み聞かせや音楽ライブ、本をテーマにしたワークショップやマルシェ、キッチンカーなど家族みんなで楽しめるコンテンツが、「本のオアシス」(中央公園南グラウンド森エリア)に大集合！

梅花女子大学心理こども学部こども学科

bananatea

ワークショップ

旅するように楽しむ4つのゾーン

元茨木川緑地に「オーシャン」「フォレスト」「シティ」「アート」をテーマにした4つのゾーンが登場！
お気に入りの本を持って来て、旅する気分で思い思いの時間を楽しもう。
その場で選んで読める本もご用意。
非日常空間での読書は特別な時間になるはず。

講演会＆サイン会

茨木市出身の児童文学作家 宮下恵茉さんによる講演会＆サイン会を実施

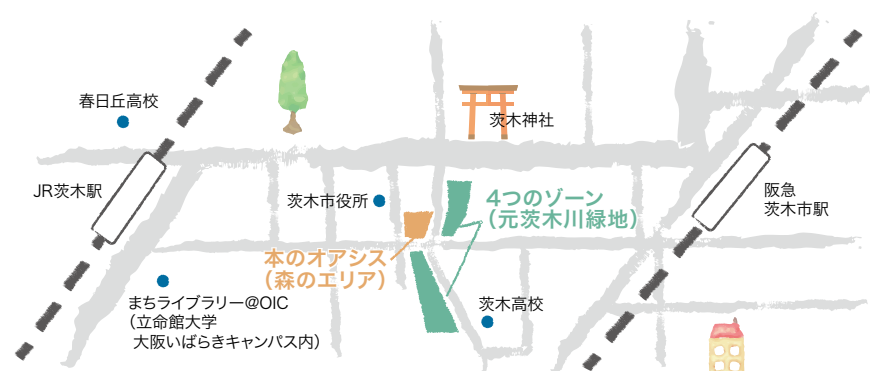
『茨木で生まれ育ったわたしが、茨木を舞台にした物語を紡ぐまで』をテーマに、BOOK TRAVEL会場内「本のオアシス」エリアで講演会とサイン会を行います。

※実施時間などの最新情報はwebにて

堀廣旭堂ブースにも登場予定！ぜひご参加ください！

PROFILE

茨木市出身。児童文学作家。梅花女子大学特任准教授。小川未明文学賞大賞受賞作『ジジ　きみと歩いた』(学研)で2007年デビュー。同作で児童文芸新人賞受賞。
代表作／「あの日、ブルームーンに。」(ポプラ社)、「龍神王子！」シリーズ(講談社)など。

会場マップ

いばらきには本を読める場所がいっぱい！

大阪府内でも最大規模の図書館である茨木市立中央図書館をはじめ、まちライブラリーの登録も他市に比べて多く、本を楽しむ場所がいっぱいあります。これは川端康成をはじめ数々の文豪にゆかりがある茨木市ならでは。ぜひたくさんめぐってみよう！

1 茨木市立中央図書館

茨木市畑田町1-51
開／火〜金曜9時半〜20時、土日祝・第1月曜・12月28日は9時半〜17時
第2・3・4・5月曜休館(祝日と重なる場合は開館し、その翌々日が休館)、年末年始、資料点検期間
TEL.072-627-4129 http://www.lib.ibaraki.osaka.jp/

72万冊の書籍をはじめ雑誌やCDなども豊富。相談カウンターや各種データベースもあり、調べものにも便利です。広々とした館内では、ゆっくりとした時間を過ごせます。

図書館のイベント

■ "紙しばい"をたのしもう ■

紙しばいと言っても大きさもさまざま。普段の紙しばいとは違うものを職員が実演。

開催日時／5月19日(日)11時〜12時
場　　所／水尾図書館　児童室内おはなし室
対　　象／未就園児とその保護者
定　　員／先着20組

■ 子どもの本交換会 ■

絵本や小学校高学年くらいまでの子どもが読める本を2冊まで持参のうえ、次の人へのメッセージを添えた後、会場内の好きな本と交換できる。 ※雑誌・マンガ・テレビ絵本・シール絵本は対象外。

開催日時／5月19日(日)10時〜15時
場　　所／穂積図書館　3階エレベータホール

まちライブラリー とは？

MACHI LIBRARY

まちのカフェやお寺、病院などに本を持ち寄り、本を通じて「人の縁」をつむいでいく活動です。全国約600カ所に広がっています。

5月19日(日)まで「まちライブラリーブックフェスタ」を開催！詳しくはHPへ！

2 まちライブラリー@OIC

いばらき×立命館DAY2019

今年5年目を迎える「まちライブラリー@OIC」では、「いばらき×立命館DAY2019」の開催と合わせて、一箱古本市や絵本の読み聞かせ、ビブリオバトルなど、本にまつわる大人も子どもも楽しめるイベントを開催します。

開催日時／5月19日(日)10時〜16時半
場　　所／立命館大学 大阪いばらきキャンパス　立命館いばらきフューチャープラザ(B棟)1階
詳しくはホームページをご覧ください。

3 まちライブラリー@巡りごはん いろは

茨木市駅前1-3-9 2階
営／ランチ11時〜LO14時、おやつタイム14時〜LO15時半
ディナーは木・金(要予約)　不定休
TEL.072-648-5950 http://machi-library.org/where/detail/2363/

お昼は薬膳お粥、夜はお酒も少し楽しんでいただけるお店です。心地よく寛げて「美味しく可愛い薬膳」を楽しめる空間をつくりたいとの想いでつくられた店内には、健康や食に関しての本が揃っています。
※飲食ご利用の方に限ります。

その他のまちライブラリー情報は上記QRコードを読み取ってチェックできます！

CAFE×BOOK

ドリンクやスイーツと一緒に読書を楽しみたくなる、ゆったりと過ごせるカフェをご紹介。

4 ジュメイラオアシス

茨木市真砂玉島台4-27
営／11時〜LO16時半
月・火定休(祝日の場合は翌日)　TEL.072-646-9881
http://hokuguru.com/shop/jumeirah-oasis.html

(上)リゾート地ドバイを思わせる開放的なテラス席で本を読めば、気分はまるで都会のオアシスにいるよう。(右)美容・健康に良いといま大注目のデーツを使ったデーツ餅やデーツホットサンドがおすすめ。

特典

14時以降の来店でデーツ餅orデーツホットサンドとドリンクをセット注文の方にデーツ個包装(5個)をサービス！(6月末まで)、さらに今ならデーツ餅セットとデーツホットサンドは期間限定で200円引きに！

5 Jun&Pepper's Cafe〈ジュン&ペッパーズカフェ〉

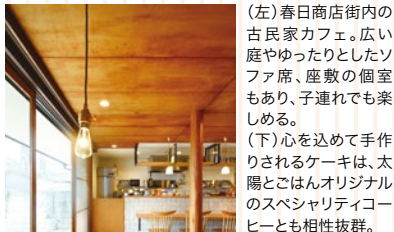
茨木市駅前3-6-2 BOX FIVE2F
営／9時〜17時　月曜定休
TEL.072-697-8451
instagram:@jun_peppers_cafe

(上)お洒落なウッド調の隠れ家的カフェ。広々とした店内には外の景色が眺められるソファ席やテラス席も。(右)滋賀県湖北産の小麦を100%使用した、しっとりモチモチ生地の全粒粉パンケーキ(800円〜)が人気。

特典

「ブックトラベルを見た」とパンケーキ注文の方、アイストッピングをサービス！(5月末まで)

6 太陽とごはん

茨木市春日1-9-28
営／10時〜LO16時　土・日・祝日定休
TEL.072-646-9890
https://www.facebook.com/taiyotogohan/

(左)春日商店街内の古民家カフェ。広い庭やゆったりとしたソファ席、座敷の個室もあり、子連れでも楽しめる。(下)心を込めて手作りされるケーキは、太陽とごはんオリジナルのスペシャリティコーヒーとも相性抜群。

特典

「ブックトラベルを見た」とケーキセットご注文の方に、バターサブレをプレゼント！(5月末まで)

7 CAFe LeKKeR〈カフェレカ〉

茨木市元町1-23
営／11時半〜LO16時半(金・土は〜LO20時)
月・火・祝日定休　TEL.072-601-0219
https://www.facebook.com/CafeLekker

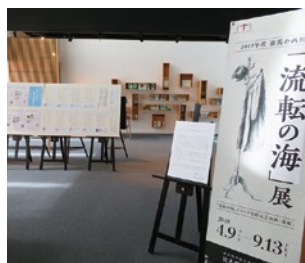
(上)オランダ関連をはじめ、店奥の本棚には様々な書籍が並ぶ。(右)もっちり食感のオランダパンケーキ"パンネクーケン"ゴーダチーズ&シロップ(スモール850円/レギュラー1,020円)

特典

平日(水・木・金)に「ブックトラベルを見た」とパンネクーケン(レギュラーサイズ)ドリンクセットをご注文の方に、カフェレカ特製パンネクーケンミックス粉を1袋プレゼント！(5月末まで)

茨木市が誇る著名小説家の記念館

"文学のまち"茨木には、貴重な資料や作品が展示されている記念館があります。それぞれで、小説家たちの作品に思いを馳せてみてください。

宮本輝ミュージアム

宮本輝氏は追手門学院大学の第一期卒業生で、1977年のデビュー作「泥の河」で第13回太宰治賞、翌年「螢川」で芥川賞を受賞。愛用品や直筆原稿などが常設展示されているほか、作品の世界を取り上げた企画展を開催し、宮本作品の世界に浸れるミュージアム。9月13日(金)まで2019年度前期企画展「流転の海」(前編)開催。

茨木市西安威2-1-15(追手門学院大学附属図書館内)
TEL.072-641-9638
休館日／HPでご確認ください　「宮本輝ミュージアム」で検索

富士正晴記念館

茨木市安威に住んでいた詩人・小説家。詩や小説以外にペン画や書画、版画、陶芸にその才能を発揮した。生前に収集されていた文学資料や自作の絵画などを収蔵、展示。文化勲章受章者らと酒を交わしたとされる書斎が復元されている。7月31日(水)まで企画展示「茨木でつながる作家ー富士正晴と井上靖」開催。

茨木市畑田町1-51(中央図書館併設)　TEL.072-627-7937
開／9時半〜17時
休館日／第2・3・4・5月曜日(祝日と重なる場合は開館し、その翌々日が休館)、年末年始、中央図書館の資料点検期間

川端康成文学館

川端康成は「伊豆の踊子」「雪国」などで親しまれる著名な作家で、昭和43(1968)年に日本人として初めてノーベル文学賞を受賞。幼児期から旧制中学校卒業まで茨木で暮らした。同館には、中学在学当時の氏の貴重な資料などが展示されている。

茨木市上中条2-11-25　TEL.072-625-5978
開／9時〜17時
休館日／火曜日、祝日の翌日、12月28日〜翌年1月4日

アウトドア用品も豊富に揃う!!

卸価格のジェットがおトクおでかけ準備はバッチリ

圧倒的な商品数 40周年を迎える「ジェット」とは

「ジェット」は、箕面市船場東にある、衣料品や生活用品をはじめさまざまな品物を取り扱う現金卸問屋。そのため、登録会員制となっているので入店するには会員カードが必要となっているのが特徴。本館、東館、インテリア館、犬猫フード・用品の専門館で構成されていて、卸価格で購入できるので地元からはもちろんのこと、遠方からも多くの人が足を運ぶ施設となっている。

今回、シティライフ読者限定で特別に卸価格で購入できる1日体験入館が可能に!(詳細はページ下をチェック)そこで、家族でおでかけするのが大好きな鯉川ファミリーが、ジェットを体験しレポートします!

40周年記念企画でイベントも開催

4日と5日は箕面のゆるキャラ®「ゆずるくん®」もやってくる!

「まつりDAジェット」
5/4(土祝)・5(日祝)・6(月休)

親子で楽しむ3日間

ガラポン抽選会や子どもおみくじ、屋台にアクセサリーつめ放題や人気のポップコーン販売などイベント満載!ゴールデンウィーク最後の3日間はジェットへ!

今回めぐったのは 本館と東館と犬ちゃん猫ちゃんの一生に寄り添うフード・用品専門店

本館の主な売り場
- レディスファッション
- 子ども服、ベビー用品
- メンズファッション
- 貴金属、時計、舶来(インポート) など

東館の主な売り場
- 食品
- 家庭用品、日用品
- 食堂、喫茶
- 文具、ファンシー など

犬ちゃん猫ちゃんの一生に寄り添うフード・用品専門店の主な売り場
- ペット用品
- ペットフード

入館方法

次に、ゲートで会員証をかざして入店。シティライフ読者特典の体験入館は、入口のゲートで「シティライフを見た」と言えば入館が可能に!(5月末まで)

まずはコインロッカーに荷物を預けて、貴重品など必要なものをビニールバッグの「私物袋」へ。

え!こんなにおトクになるの!?

値札には「市場小売価格」(上)と「販売価格」(下)が記載されていて、おトク感がわかりやすい!

本館

おでかけに役立つグッズもしっかり揃う

紫外線量の多いシーズン!化粧品売り場で日焼け止めなどのUV対策アイテムを準備しよう。レジャー時のもしもの時や通学・通勤に役立つレインコートもしっかりチェックを。傘の品揃え数が多いのにビックリ!これだけ種類があればお気に入りが見つかるはず。

しっかり肌を守らなきゃ!子どもにも使えるやさしいタイプもあるので、まとめて購入しちゃおう。

これで雨の日も安心だね!

東館

4/25(木)〜5/8(水) アウトドアブランド「コールマンフェア」開催

便利な機能とタフなつくりでアウトドアライフをサポートするイチオシが勢揃い!これからのシーズンに重宝するクーラーバッグや、防災用品としても活用できるランタンやシュラフも人気。これを機会にいろいろ買い揃えたくなるものばかり。

クーラーバッグはキャンプやピクニック、フェスなどのイベントにも大活躍しそう!

犬ちゃん猫ちゃんの一生に寄りそうフード・用品の専門館

ペットとのおでかけ時間も大切に

ペットと一緒のおでかけ時間を快適にしてくれるアイテムが揃う「おでかけフェア」を5/6(月・休)まで開催中。多頭飼いや、犬ちゃんと飼い主の高齢化もあり需要が高まっているペット用カートや、マーキングやそそうの悩みも安心のマナーウェアが人気。

洋服みたいに着用できる、ユニ・チャームのマナーウェア。超小型犬〜中型犬のサイズ展開で男の子用・女の子用あり

ペット用カートのコンビ ミリミリEGやペットキャリーで一緒におでかけしよう!

5歳になるポメラニアンを飼っていて、いつも一緒に出かけるので、あったら便利だね!

諸国銘菓エリアは、日本各地に行った気分になるね!お土産の買い忘れにも良いかも(笑)

子どもたちのテンションUP 充実のお菓子売り場

子どもたちが喜ぶお菓子から、大人も嬉しいおつまみなど、お菓子売り場の品揃えも充実!大容量タイプもあるので、大人数でワイワイするときの集まりにもぴったり!スタッフが現地に赴き交渉して仕入れた「諸国銘菓」エリアが新登場。現地でしか買えない銘菓が揃う。

萬栄グループ ジェット

大阪府箕面市船場東2-2-2 営／9:30〜17:30

072-729-3531(大代表)

お掛け間違えのないようご注意ください。

http://www.jet-manei.jp/

［駐車場約1,000台完備］

当日お買上げ額2,000円(税抜)以上で駐車料金無料

アクセス

電車をご利用の場合／北大阪急行 千里中央駅(北改札口)下車。千里ライフサイエンスセンター前、阪急バス12番のりばから10分毎に往復するニューム・ジェット直行バスをご利用ください。

ロハスフェスタ万博 4/26[fri]〜28[sun] 出展決定

今回特別にシティライフ読者特典を用意してもらいました!

入り口のゲートで「シティライフを見た」と言えば**卸価格で購入できる1日体験入館**が可能に!(5月末まで)

この機会に一度にまとめてたくさん揃えちゃおう!

City Life

みんなの小さなエコを大きなコエに

2019 Spring

ロハスフェスタ® 万博

1st. 4/26 fri.・27 sat.・28 sun.

2nd. 4/29 mon.・30 tue.・5/1 wed.

万博記念公園・東の広場［大阪府吹田市］

9:30～16:30 入場証販売は16:00まで

［会費（入場証）］350円［小学生以下無料］

※別途公園入園料（大人250円・小中学生70円）が必要
※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料
※イベントの内容は予告なく変更になる場合がございます

雨天決行 ※荒天中止

最新情報は公式WEBをチェック！

自分にも地球にもやさしいライフスタイル、それがロハス。

芝生がまぶしい万博公園「東の広場」、やわらかな陽ざしの中、
ロハスフェスタでしか手に入らないアンティーク雑貨や家具、
手作りのぬくもりあふれる小物やアクセサリー、こだわり食材のフード。
子どもたちが元気に走り回れる広場、
この場所だからこそつながる人々、きっと新しい出会いがたくさんあるはず。
みんながいろんな楽しみ方をココロゆくまで満喫できる、
そんな、ゆったりとしたロハスな時間を
緑と春の爽やかな風の中で過ごしましょう！

総出展店舗数 約650店舗 ※1日平均約460店舗

P.13まで続くよ！

【ロハッチ®】ロハスフェスタの公式キャラクターのみつばちの男の子

幸せな未来のためにみんなができること。

SDGsが達成された社会を目指すためにロハスフェスタでは様々な取り組みを行っています。

SDGs（エスディージーズ）って？

Sustainable Development Goals ＝ 持続可能な開発目標

「SDGs」は2015年に国連サミットで決められた目標で、2030年までに世界のすべての人々が豊かに幸せになるために、そして ずっと地球に暮らしていくために、私たちが目指すべきことが「17のゴール」として書かれています。地球はひとつしかありません。その地球には、課題が山積みです。地球のことは、地球に住むすべての人が、一緒に考えて、今すぐ課題に取り組んでいかなければ解決しません。小さい行動だって、集まったら大きな力。SDGsのゴールに向けて自分たちにできることからはじめていきましょう。

持続可能って？ 今、自分のまわりのことだけではなく、未来のみんなや地球も今みたいに暮らせるということ。

開発って？ 十分に食べられなかったり、学校に行けなかったり、病院に行けなかったり、住んでいるところがとても危険だったり、暴力をふるわれたり、自由に意見が言えなかったりすることをなくして、みんなが安心して、自分の能力を十分に発揮しながら満足して暮らせるようにすること。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

ロハスフェスタのいろんなプログラムもSDGsに結びついています。幸せな地球の未来のために楽しみながら実践しましょう！

SDGsに関するロハスフェスタの取り組み

ご自宅にある資源をお持ちください

ロハスフェスタでは、資源を回収しています。使用済みの天ぷら油は発電機に使えるバイオディーゼル燃料になって、会場で使用しています。牛乳パックもトイレットペーパーとして会場で使っています。紙袋はマイバックを忘れた方に配り、レジ袋の削減に役立たせています。

☑牛乳パック回収

☑使用済み天ぷら油回収
☑古本

☑紙袋
☑ダウン回収

マイ食器・カトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちください

お皿やお箸、水筒は繰り返し洗って使えるのでゴミの量がグンと減ります。ご自宅から、お気に入りのものを持ってきて、ロハスグルメをお楽しみください。会場内の洗い場スペースで洗えます。

レジ袋＆ストローについて

使い捨てビニール製レジ袋やプラスチック製ストローは、海洋汚染、海洋生物への悪影響、それに伴う人への悪影響となるマイクロプラスチックの要因として考えられているため、環境への影響を配慮して、会場での使用を差し控えております。生分解性の袋や環境に配慮した素材のストローも販売しておりますので、ご利用ください。できるだけマイバックをご持参いただき、ロハスフェスタをお楽しみください。

ロハスフェスタ給茶スポット Supported by ZOJIRUSHI を利用しよう

マイボトル・水筒持参者限定で、ほうじ茶を無料で提供しています。ぜひ、マイボトル持参でロハスフェスタへお越しください。

マイ食器・マイボトルを忘れた人は…

リユース食器をご購入頂く必要があります。（1ヶ100円）ごみの出ないイベントに向け、ご協力をお願いします。なお「レンタル食器」は終了となります。

リユース食器は1ケ100円

環境にやさしいカトラリーを各10円で販売をしています！

＼ 子どもたちも楽しめるコンテンツがいっぱい！ ／

ロハスフェスタ®万博の続き

ロハスフェスタはファミリーで楽しんでいただけるイベントです。
お子さま向けコンテンツも充実しています！ぜひ、ご家族で一緒にお越しください。

小枝でつくろう！スプーン&フォーク

開催日：全日
参加費：300円

間伐材を利用したスプーン&フォークを作りましょう。大人はもちろん、子どもでも簡単に作れます。リサイクルを学びながら、自分だけのオリジナルスプーン&フォークで美味しいごはんを食べましょう。

ロハスフェスタ　キッズエコツアー

開催日：4/27(土)・4/29(月・祝)
10時半〜、11時半〜
参加費無料、事前予約優先制

ロハスフェスタの会場内をのロハスお兄さんと回って、一緒にまわってロハスやエコについて学びましょう！参加者には参加記念のロハスフェスタキャップとロハスエコキッズ認定証を差し上げます。枠に空きがあれば当日参加も可能！ご希望の方は総合案内本部までお尋ねください。

ゼロ・ウェイストアカデミー

開催日：4/26(金)〜4/27(土)
カードゲームは参加費無料、
ワークショップは300円〜

世界が注目する「ごみゼロ」の町上勝町ゼロ・ウェイストアカデミーの楽しくごみを救おう！カードゲーム&古布リメイクワークショップを実施。ワークショップは着物や鯉のぼりの古い生地を使って、くるみボタンやガーランドを作ります。　協力：象印

みんなで美味しく食べよう　子ども食堂

開催日：4/28(日)・4/29(月・祝)
時　間：9時45分
整理券配布開始、
10時半より提供開始

先着200名

今回も子どもたちが笑顔になれるようなメニューを用意します。青空の下、みんなで食べればさらにおいしい！ぜひ、お立ち寄りください。小学校が対象です。

ロハスフェスタ日本茶ワークショップ

開催日：4/28(日)〜5/1(水・祝)
参加費：500円

マイボトルを使って簡単な抹茶作りを体験。日本茶をベースにフルーツやお花、ハーブを使って自分だけのブレンドティーを作りましょう。

テント布でつくろう！マイバック

開催日：全日
参加費：500円〜
※大きさによって異なります。

ロハスフェスタなどのイベントで使用した看板用テント布でマイバックをつくりします。柄は切り取る部分でさまざま。環境にやさしいリユース素材で、世界にひとつだけのオリジナルバックをつくりましょう。
資材提供：西武高槻店

ロハスアウトドアパーク

開催日：4/26(金)〜28(日)
参加費：500円〜
※内容によって異なります。

外遊びの魅力に触れるアウトドアパークエリアでは、アウトドアグッズの販売やワークショップ、ボルダリング体験など盛り沢山！ぜひ、みんなで遊びましょう！

動物村がやってきます！

開催日：全日
参加費：300円

可愛い動物たちが、ロハスフェスタ会場へやってきます。エサをあげたり、触れてみたり、動物たちと楽しい時間をすごせます。普段は出会えない動物もやってくるかも！？ぜひ、お立ち寄りください。

DREAMAM CRATORS FESTA ドリマム town

開催日：4/26(金)〜4/28(日)

ハンドメイドを通じて物の大切さ、そして「夢をあきらめない！」を追求するクリエイターユニット。ロハスフェスタに約20ブースが登場！！ぜひお立ち寄りください。

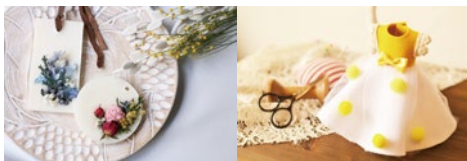
テンションhigh！赤ちゃんハイhighレース

開催日：4/26(金)　11時〜
参加費無料、事前予約優先制

話題の赤ちゃんハイハイレースがやってきます！青空の下、芝生の上、赤ちゃんとママ・パパみんなで楽しみましょう。枠に空きがあれば当日参加も可能！ご希望の方は10時半から赤ちゃんハイhighレース会場にお尋ねください。

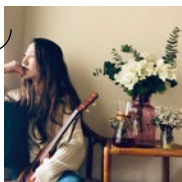
みんなで塗ろう！ こいのぼり

開催日：全日
参加費無料

みんなで好きな色に塗って世界にひとつのこいのぼりをロハスフェスタ会場でつくりましょう！完成したら「こいのぼりくぐり」や空に浮かべて楽しもう。
協力：ターナー色彩(株)

＼ LOHAS STAGE ／

※ステージの詳細はWEBでチェックして下さい。

Pick-up artist

4/26(金)
11:00〜
かしもとゆか

16歳からバンドで歌い、2012年 春、ウクレレに出会う。仕事を辞め、買ったばかりのウクレレを連れて、北欧 Swedenに滞在。2016年1月よりウクレレ弾き語りとしてソロ活動を開始。こころをほぐすやさしい音にのせて、うそのない声とことばを届ける。

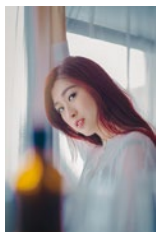
4/29(月・祝)
15:30〜
朱ノヲト ～Ake Note～

篠笛の魅力を全国に向けて発信するユニット。2011年10月結成、2019年1月に星空ラマンより改名。数々の異ジャンルアーティストとコラボレーション。情熱的かつ幻想的なサウンドで見る人の心を動かす。

FM OH!『hug+』公開録音開催！

4/27(土)　13:45〜14:45

DJ 大塚由美
神戸のあらた 14:00〜
和紗 14:25〜

詳細はWEBにて近日公開！！
「hug+」は毎週金曜日8:20〜11:00

FM COCOLO公開収録決定！

4/28(日)　13:00〜15:30

DJ 池田なみ子
エミマイヤー 15:00〜
西村ケント 13:30〜

詳細はWEBにて近日公開！！

協力：ネッツトヨタニューリー北大阪

＼ 野菜芸人「土肥ポン太」がロハスフェスタにやってくる！ ／

● ブース出展：全日
● ステージ出演：4/28(日)・5/1(水・祝)

野菜芸人「土肥ポン太」さんが、「野菜のテーマパーク」と題して、4店舗をセレクトしました。野菜の販売から、ドレッシング・メイン・デザートに至るまで充実したラインナップです。今回は、こだわり産直野菜を使った「野菜の炭焼き串」も提供させていただきます！

大阪府和泉市「道の駅 いずみ山愛の里」応援隊長 土肥ポン太さん

❶千里中央にある野菜のセレクトショップ「野菜ソムリエの店 のら」より、當銘(とうめ)さんの沖縄産ピーチパイン他、インスタ映え必至の「カラフルミニトマトすくい」
❷和泉市 道の駅「いずみ山愛の里」より、土肥ポン太さんプロデュース商品昨年も大人気の「くるみドレッシング」や、「りんごジュース」、新商品「トマトスープ」
❸西宮の飲食店がロハスの為に準備したブランド「炙り鶏屋」より、「こだわり野菜の炭焼き串」「低温調理(コンフィ)した炭焼き骨付きチキン」
❹大津にあるクレープの名店「クレープリーグランデール」より、「クレームブリュレクレープアイス」

道の駅 いずみ山愛の里

総出展店舗数650店舗でお気に入りと出会おう!

ロハスフェスタの一番の魅力は、なんといってもロハスなこだわり作品が一堂に会することです！
目移り必至の想いのこもった作品たちを、ぜひ手にとってみてください。

【ブース No.127】

うつわと雑貨 a new sprout

手ロクロ・手びねりで全て製作しています。シリーズの器・1点モノの器、どれもが世界にひとつだけしかない、『たったひとつだけのうつわ』

【ブース No.F39】

N's cafe

安心・安全の食材を使い、毎日食べても飽きがこないバリエーション豊富なボリューム満点！具沢山サンドなど。

【ブース No.252】

zakka Smile

もらった人が笑顔になるような、消しゴムはんこを押した紙モノが勢ぞろい。プレゼントや大阪土産としても大人気です。

【ブース No.F56】

信楽窯焼きアップルパイ

国産リンゴを用いた安心安全の焼きたて熱々の窯焼きアップルパイ。

【ブース No.F31】

ドーナツデプト×北摂ワインズ

厳選された素材を使用した13種類のもちもちアンダギーや昔ながらのリングドーナツなど。

【ブース No.059】

Window Ra Peach

お尻拭きも一緒に入る、子育てママパパにオススメのデニムリメイクオムツポーチなど。

【ブース No.201】

コイケヨシコ

使うとあたたかなぬくもりを感じる。何気ない日々の暮らしに寄り添う器を販売。

【ブース No.350】

toi et moi accessory

レジンやお花を使用したアクセサリーやiPhoneケース・その他小物の販売。

【ブース No.020】

atelier Merci

お好きなオプションで何通りものカスタムができるカゴバッグなどの販売。

【ブース No.326】

ray silver works

デザイン豊富なバングルとリングをメインに見ているだけでも楽しんでいただける作品を販売。

【ブース No.261】

森の人工房 Orang de Utan

動物をモチーフにした革小物やオリジナルスタンプの販売。

【ブース No.354】

pongee

綿や麻などの天然繊維を使用した、親子でお揃いの服などの販売。

【ブース No.357】

Lunon

優しい色合いのシンプルで大人可愛い天然石アクセサリーとおはなのインテリアを販売しています。

【ブース No.151】

slowth×kakine×ひだり堂

キッズパンツやオリジナルTシャツ、店主厳選のうつわ、リースやスワッグ、丁寧にリペアされたレトロな家具などの販売。

【ブース No.262】

KEN HAND MADE WATCH

『杜の都　仙台』より大阪へ。個性的なデザインの手作り時計の展示販売。

【ブース No.E5】

andR

本物の花とレースやコットンパールを使った、オリジナルデザインのアクセサリーの販売。

【ブース No.147】

Apple Tree

少しの予算でもおしゃれを楽しんでいただけるようなハンドメイド服の販売。

【ブース No.240】

Drink up

使う程に味わい深くなるレザーを使用した作品を販売。

【ブース No.140】

andbloom

ドライフラワーとアーティフィシャルフラワーを使った手作りリーフやブローチ、空間をデザインするインテリアフラワーなど。

【ブース No.349】

Flower Studio NONNO

ナチュラルな優しいプリザーブドフラワーの販売。

【ブース No.343】

SAIKA-KOBO

インテリアになじみ、ほっと癒される瞬間をもっていただけるようなコーディネートを心がけています。

【ブース No.114】

savon futur …and more！

ひとつひとつ丁寧に製造した、優しい使い心地で深呼吸したくなる様な香りの石鹸を販売。

【ブース No.349】

UnSourire

役目を終えた植物をドライにして様々なアイテムに蘇らせる「再生」と生活を豊かにする「インテリア」の販売。

【ブース No.063】

ころねるねんどくらぶ

お子様から大人の方まで楽しめるお茶碗や小鉢作りなどの陶芸ワークショップ。陶器小物の販売もあります。

【ブース No.199】

FineDay

自然乾燥させて作ったドライフラワーです。花や植物本来の色や香り、植物たちの組み合わせをお楽しみください。

【ブース No.F41】

tearoom ALICE

国産の鶏肉を使用し、特製のデミグラスソースをかけた柔らかいサクサクのチキンカツ。

【ブース No.146】

トレモロ

作り手の思い、がうかぶ生活の道具。見ていて使って毎日が少し幸せな気分になる、そんな暮らしの道具の提案。

【ブース No.A26】

WALT

上質なお肉を使ったメニューを多数ご用意。イチオシの熟成牛ハラミステーキは、肉の柔らかさ、味と間違いなし。

【ブース No.A11】

DEAR SAND CAFE

ネイビーのキッチンカーで焼き上げるバターの芳醇な香りの焼きたてクロワッサン、自家製ケーキを巻き込んだオリジナルディアクロの販売。

【ブース No.A06】

PIZZA FREE

イタリアの高級小麦粉を使い、低温で長時間発酵をとったこだわり生地を車載した石窯で一気に焼き上げる本格石窯焼きナポリピッツァ。

主　催：ロハスフェスタ実行委員会／シティライフ

後　援：環境省／大阪府／吹田市／国立研究開発法人 宇宙航空研究開発機構（JAXA）／関西テレビ放送／公益社団法人ゴルフ緑化促進会／一般社団法人日本ホビー協会

詳しくは下記公式ホームページにて　http://event.lohasfesta.jp/

ロハスフェスタ 大阪事務局（シティライフNEW内）
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 Tel.06-6338-0641

開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の入出庫に数時間かかる場合があります。

[アクセス]◎阪急宝塚線・蛍池駅◎地下鉄御堂筋線・千里中央駅◎阪急千里線・山田駅◎阪急京都線・南茨木駅◎地下鉄谷町線・大日駅◎京阪本線・門真市駅それぞれから大阪モノレールへ乗り換え万博記念公園駅下車

◎会場で出たゴミは、各自でお持ち帰りください。◎ロハスフェスタの会場は禁煙です。喫煙は指定の場所にてお願い致します。◎出展ブースや商品の撮影はお店の方に了解を得た上で、お願いします。◎安全で楽しいフェスタにするため、運営スタッフの指示にご協力ください。◎ロハスフェスタの趣旨をご理解いただき、取組みにご協力ください。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。ロハスフェスタの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。◎お支払いいただいた会費の払い戻しはいたしません。◎万博公園はペット同伴での入園が禁止されています。◎イベント内容、時間などが変更になる場合があります。◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ペグなどの使用をご遠慮いただいております。

Health Care

健やかな生活を送るための健康知識

がんは予防していく時代 日本と海外との治療の違い

日本では今や2人に1人が、がんになると言われております。しかし、海外では、がん患者数は減少をたどっています。何が違うのか。日本と海外での治療への考え方や行政の取り組みの違いを赤木先生にお伺いしました。

この先生に聞きました!

赤木歯科 **赤木 誉**院長

歯学博士。1984年赤木歯科開設。33年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医・指導医。歯科医師臨床研修指導医。再生医療認可施設。

日本と海外でのがんの考え方

当院は口腔がん撲滅委員会の会員として、口腔がんの早期発見に力を入れています。その活動の中で興味深い事例がありましたのでご紹介します。

口腔がんの早期発見が医師の直視によって可能なため、アメリカや他の先進諸国では政府が国民に対して歯科医院でのがん検診を推奨した結果、口腔がん患者数は減少しました。先日、肺がんにおいても海外の行政が禁煙を啓蒙することによって、がん患者が減少したことが報道されていました。このように行政の啓蒙活動が、がん患者の減少に高い効果を示すことが実証されています。しかし、日本のがん患者数は今や2人に1人と減少どころか、増加しています。世界での啓蒙活動の効果がメディアで報道されているにも関わらず、国内では患者数が増加している、このことに疑問すら抱かないことは異様だと感じます。

日本と海外の治療レベルの差

「日本人の口は腐っている。」日本を訪れた海外の方がタバコの匂いと口臭からそう言ったそうです。この他にも私が海外の学会に参加する時、必ず言われる事があります。「日本人の口腔内に入っている金属、あれはなんなの?」と。今や先進国において、口腔内に金属が入れられているということは理解されない時代になりました。特にヨーロッパでは口腔内に入れる金属に対して厳格な安全基準が設けられています。世界がこのような状況の中、日本は金属の被せが治療として行われている唯一の国です。海外の歯科医師からすると理解しがたい治療だと捉えられても仕方ないでしょう。

がんは予防できる今こそ転換の時

「愛と死を見つめて」という物語をご存知ですか。「まこ」と「みこ」の悲しい恋愛の物語。みこさんは軟骨肉腫によって顔半分がおかされ、21歳で亡くなってしまいます。この物語では骨肉腫でしたが、口腔がんも同様の状態が起きる可能性があります。口腔がんは進行すると目を摘出することを余儀なくされるなど、顔貌が大きく損なわれることもあります。また、がんが治癒しても自分の顔が大きく変わってしまったことから、後々の自死率が高いがんです。1977年にWHOが宣言してから、世界の医学は病気にならないように予防へとシフトしています。口腔がんだけではなく、肺がんやその他全てのがんは予防できる病気と考えても間違いないでしょう。医学の基本に立ち返るタイミングが、日本の医学にも訪れているのではないでしょうか。

【がんの死亡数】

男女とも、がんの死亡数は増加し続けている。2015年のがん死亡数は、1985年の約2倍

資料:
国立がん研究センター
がん対策情報センター

3DS
除菌外来

歯原性菌血症が生活習慣病の原因に ~3DS(虫歯細菌・歯周病細菌)除菌療法~

朝倉 勉 院長
歯学博士
日本糖尿病協会歯科医師登録医
大阪大学歯学部歯科医師臨床研修指導医

ペリオドンタルメディスンとは歯周病原菌が菌血症を起こし全身の健康に影響し、生活習慣病が引き起こされることです。歯周ポケットから1日に数万個の細菌が血管に侵入し動脈硬化、循環器疾患、骨粗鬆症、脳卒中、高脂血症の原因になります。3DS除菌外来は細菌カウンタで口腔内の総細菌数の測定、潜血検査、PMTCでバイオフィルムを除去し、マウスピースに抗菌薬と殺菌消毒液を入れ、装着し虫歯や歯周病原菌を除菌します。歯原性菌血症は全身疾患の原因になるので、患者さんがセルフケアに取り組めるよう指導します。詳しくはかかりつけの歯科医院に相談下さい。

かみ合わせ

子どもの成長・能力向上に影響 アゴと「子どもの学習能力・運動能力」

北村　幹夫院長
日本咬合学会　専門医・指導医、日本咬合学会副会長

ほとんどの現代人に起きているあごズレ。あご矯正は、脳の機能を高める効果があります。認知症予防はもちろん、子どもの学業成績アップにも。成果が出ていなかった多数の生徒があご矯正を補助手段として導入し、目標大学に合格。治療前後でほぼ全員が「成績が良くなった」という研究結果もあります。あご矯正で運動能力も向上。身体の歪みをなくすことで、効率的に動けるように。下あごが小さく噛む力が弱いことが原因のあごズレは、4～5歳頃から顕著にみられます。子どものあご矯正は小学校低学年から始めるのが適正です。笑顔で毎日を過ごせるように、幼いうちからあごを意識して正していってほしいと思います。

お子様のかみ合わせセミナー
【参加無料】
日時:7/3(水)10時～12時
場所:クロスパル高槻
高槻市紺屋町1-2
※JR高槻駅すぐ
定員:20名
申込:当医院までお電話にてお申込ください。

商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO TSUSHIN

商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは？そんな商工会・商工会議所の活動を今月も紹介します！

摂津市商工会

～SDGsとポジティブ心理学で創る! 社員もワクワクするビジネス～

北摂地域連携!　起業家×企業家交流会
「社会・顧客・地域を幸せにする商い」の「課題解決」と「自己実現」を融合させた仕組みづくりを、「SDGs」と「ポジティブ心理学」の切り口から各社にあったスタイルを構築していく講座です。

第1回　5月23日(木)19時～21時
第2回　6月25日(火)10時～12時
第3回　7月26日(金)14時～16時
第4回　10月9日(水)13時～14時半
各日定員40名(先着順)
※第1回～3回は摂津市商工会会議室
(摂津市南千里丘4-35 3F)
参加費500円(交流会あり)
※第4回は大阪人間科学大学
(摂津市正雀1-4-1)参加費無料(飲食無し)
講師:米山 哲司氏
特定非営利活動法人Mブリッジ　代表理事
申込み　摂津市商工会　06-6318-2800
ホームエージは摂津市商工会で検索

茨木商工会議所

ゲームで学ぶSDGs!　持続可能な開発目標SDGsセミナー入門編

【日時】　5月24日(金)　14時～16時
【会場】　茨木商工会議所(岩倉町2-150)
【内容】　・SDGsとは、
・SDGsカードゲーム
・企業や個人の事例紹介
・身近なSDGsを考える
【対象】　事業者様ならどなたでも、本テーマに関心のある方
【費用】　無料
【主催/問合】　茨木商工会議所
茨木市岩倉町2-150立命館いばらきフューチャープラザ
TEL072-622-6631

高槻商工会議所

対人関係・コミュニケーション能力を高める、研修講座を開催

日　時　7月12日(金)
【午前の部】　9時半～12時
コミュニケーション能力アップの話術を習得する
【午後の部】13時～15時半
人前で堂々と話せるようになる話術を習得する

場　所　当所4階大ホール
受講料　会員1講座3,000円／2講座6,000円
一般1講座6,000円／2講座12,000円
(テキスト代・消費税込)
対　象　接客のお仕事をしている方、中堅・若手社員の方、マナーの基本をもう一度学びたい方、部下や後輩を指導する立場の方等
定　員　30名
午前のみ、午後のみでも受講可能

問合せ　高槻商工会議所中小企業相談所
TEL072-675-0484
詳しいカリキュラム等はホームページをご覧ください。
http://www.takatsukicci.or.jp

肩こり・腰痛・五十肩・冷え症・むくみ など

移転オープン3周年 本場の手技で症状を改善する中国整体

指や掌、肘を使った様々な手技を用いた施術を得意とする「楽楽堂」。普通の整体マッサージとは違い、全身のバランスを調整することに重きを置く本場中国仕込みの手技なので、肩・腰・関節の痛み改善はもちろん、人間本来のパワーである免疫力を促進する効果があるという。「病院に行っても治らなかったのに、ここに来て良くなった」という声も多数。保険治療対応もしているので、頑固な持病をお持ちの人や慢性的な不調を感じている人は、一度相談に訪れてみよう。

体内の老廃物を浄化するのに効果的な「吸玉」

院長 李 占法（リ センホウ）

中国で何度もメディアに取り上げられたことがある李先生は、この道20年以上のベテラン。東洋医学の経路とツボ治療に精通し、日本で「柔道整復師」の国家資格も取得している実力派。

中国整体 **楽楽堂**

茨木市西駅前町5-36
茨木髙橋ビル6F
受／9時半～20時半
無休 GW期間も営業　予約優先
072-623-6789
http://raku-ibaraki.jp/
JR茨木 楽楽堂 で検索

詳しくはコチラ▶

Menu |

全身整体・足裏・ダイエット・吸玉・刮痧の各コース
- 40分……4,500円　●70分……7,000円
- 60分……6,000円　●90分……8,500円

※お得な回数券あり　「楽楽堂整骨院」にて各種保険取扱

特　典 |

「シティライフを見た」で
- 各コース（初回のみ）**2,000円OFF！**（5月末まで）

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫（免性細胞）など

"令和"は梅の花の歌 芍薬・牡丹・百合で「婦人病」を改善

「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」これは美人を形容する言葉だが、元々は漢方での生薬の用い方を例えたもの。イライラと「気」が立つ女性は「芍薬」で、いつも座って血の巡りが悪い女性は「牡丹皮」で、歩く姿がなよなよして心身症の女性は「百合」で改善するという意味。「自然の恵み身体にやさしい漢方、一人ひとりの体質・症状に合ったオーダーメイド処方で婦人病（不妊・子宮筋腫・内膜症 等）を根本から改善しましょう」と藤本先生。婦人病だけでなく、アトピー性皮膚炎、自律神経、神経痛等諦めないで一度相談してみては。

高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中医師」に掲載された藤本先生。

茨木薬店は女性の漢方アドバイザー戸田先生が優しく親身に相談にのってくれる。

漢方瑞雲 高槻薬店
高槻市芥川町1-11-1（JR高槻徒歩3分）
水曜・講習会日休　相談／10時～18時
072-686-0090

国際漢方 茨木薬店
茨木市真砂1-11-35（平和堂1F）
無休　相談／10時～18時
072-638-9939
※各店、予約制の為相談前に一度連絡を

重度な外反母趾から軽度な外反母趾・巻き爪・足の痛み・むくみ など

18周年記念特別価格実施中 「巻き爪」「外反母趾」は 評判の"足指ソムリエ"が改善

「歩くのがツラいほど痛い」「ヒールのある靴を履けない」、そんな足の痛みに頼れるのが、TVでも話題の「足指ソムリエ」、木方先生。その技術力は、外反母趾・巻き爪施術の講師として他院で指導するほどで、先生のもとには沖縄・広島・静岡、はるばる台湾から通う人もいるのだそう。外反母趾や巻き爪は、放置して深刻化させるケースや、ムリに爪を切るといった自己流ケアで悪化させることがほとんど。その結果、脚をかばって歩き、"不格好なO脚"や寝たきりなど、さらに重症化させることも。放置せず、まずは気軽に相談を!

▲代表木方さんの施術手法は業界内でも有名で、他院院長にも教えている。

TV取材で外反母趾・巻き爪予備軍のお子さまに家でもできるゴルフボールエクササイズを指導している様子。

1度目の施術で痛みの解放を感じる人がほとんど

大阪初「インベントプラス療法」は認定講師のみが行える特許施術。その特徴は矯正力が高く、重度な巻き爪も改善でき、再発しにくいこと。他の施術方法ではダメだった人も来院しており、遠くは大分から通う人もいるほど。

改善エピソード

歩けないほどの痛みでしたが、一回目の施術で指の痛みがなくなり、歩いて帰ることができました。数回通い変形爪も正常形へ戻り、今ではオシャレな靴も履けて、自分の足が好きになりました。（40代女性）

近畿圏初の矯正法 痛みの少ない手技療法

同院が行う手技による施術は、それぞれの症例に合わせた施術なので、痛みが少なく・施術効果が大きいのが特徴。72,000人もの施術経験をもとに、改善までをサポートしてくれる。

改善エピソード

外反母趾を長年治療せずに我慢しているうちに腰や背中にも違和感がでるように。足を調整していくようになって足の痛みや肩腰の痛みまで改善されました。（30代女性）

大阪外反母趾センター
大阪巻き爪フットケア専門院
（ありがとう鍼灸整骨院内）

茨木市舟木町5-3　シャルマン・コートモーリ1F
営／11時～14時、17時～22時
（土曜　9時～12時、16時～19時）
日曜祝日 定休
072-638-5777

外反母趾専用HP

巻き爪専用HP

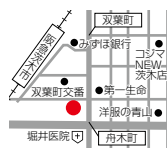
近隣無料駐車場あり

特　典 |

新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で

①外反母趾矯正が18周年記念特別価格!
- 片足（30分）……8,600円→**3,000円**
- 両足（60分）……16,200円→**4,500円**

②巻き爪矯正が18周年記念特別価格!
- 1指……15,000円→**4,500円**
- 2指……26,000円→**6,000円**
- 初診料（①②）……1,100円→**無料**

詳しくはWEBでチェック!　※要予約（5月末まで）

健康な暮らしを送ろう

カラダの調子を整える

今回のテーマは「刮痧（カッサ）」。
中国整体 楽楽堂の李 占法先生にお伺いしました。

Q 刮痧（カッサ）マッサージとはどんな療法で、どんな良い変化があるの?

A 刮痧の「刮」は擦る、「痧」は瘀血（血の毒）を意味します。鍼や灸と同じくらい歴史のある治療法です。

刮痧は「刮痧板」という道具で、皮膚を擦って刺激します。毛細血管に圧を加え老廃物や血液の毒を押し出し、「気・血・水」の通り道である経路の流れをスムーズにして体を活性化させ、体調を整える治療法です。オイルやクリームなどの滑剤を塗り、軽く撫でるように擦ると、弱っている部位の皮膚に内出血のような赤黒紫色の斑点が浮き上がります。これを「痧」といい、2～3日で自然に消えます。中国や台湾では身近で一般的な療法で、最近は日本でも注目を集めていますが、まだ体験できる場所が少ないのが現状です。

- 経路の流水がスムーズになり、全身のバランスの調整ができる
- 高いリフレッシュ効果が得られる
- 薬が不要なので、副作用などの心配が一切ない
- 顔や体の筋肉がゆるみ、様々な美肌効果が期待できる
- 頑固な肩こり、免疫機能増、ストレス改善にもオススメ

中国整体 楽楽堂
李 占法先生
本格的な中国整体の経験と日本の「柔道整復師」の国家資格も取得している実績を持つ。

骨盤・骨格のゆがみ、腰痛、坐骨神経痛、猫背、関節痛など

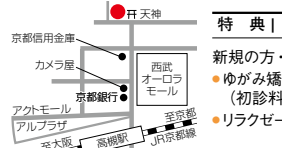
骨盤矯正・腰痛・坐骨神経痛など ゆがみ根本改善に特化した専門院

骨格と筋肉に着目した、全身のゆがみを矯正する施術に定評ある「健楽院」。院長曰く、ゆがみや不調の一因はカラダに負荷をかけるアンバランスな姿勢や習慣とか。「多くは骨が原因でゆがむのではなく、筋肉のバランスが崩れる事により、骨が引っ張られてゆがみが生じます」。同院では、骨をポキポキと鳴らすような刺激の強い施術ではなく、負担を抑えたソフトな施術で根本改善へ。姿勢・習慣改善の助言も好評で、リピート率の高いリラクゼーションコースならコリや疲れがスッキリ&リフレッシュ。駐車場完備なので通いやすい。

骨盤のゆがみは、自宅でも簡単にチェックできるとか。椅子に座り、膝を閉じて、膝が左右そろっていなければ骨盤がズレているかも。不調の原因になることも。早めの改善を！

改善エピソード
デスクワークのせいか、いつの間にか猫背に。周りにも指摘され、何とかしたいと同院へ。一度で姿勢が改善し、期待以上で正直驚き。今後も通います。（40代女性）

健楽院
〈ケンラクイン〉
高槻市天神町1-13-1
営／9時～13時・16時～20時
日・祝・水曜午後定休
駐車場あり
072-682-0588

特　典 |

新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で
- ゆがみ矯正コース……5,400円→**3,240円**（初診料2,160円含む）
- リラクゼーションコース……3,240円→**2,500円**

（6月末まで）

CROSS WORD

応募方法／はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。（毎月20日〆切）

応募先／FAX：06-6368-3505
〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ「クロスワード」係

●4月号の答え　ダイヤモンド

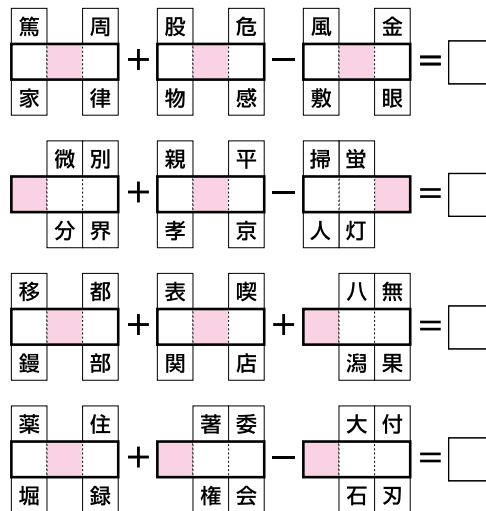
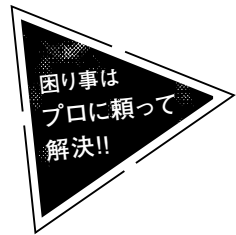
漢字足し算引き算

最初に下の漢字リストから選んで、縦方向の三文字熟語を完成させてください。
同じようにリストから選んで、横方向の三文字熟語を完成させてください。
リストの漢字は1回だけ使います。
最後に例のように文字の部首を足し引きして漢字を作り、それら4文字でできる四文字熟語を答えてください。

（作・あさみ順子）

（例）洞＋夜－液＝同

漢字リスト

員 液 沖 花 閑 期 機 客 究 九
研 玄 光 工 作 市 所 女 除 焼
城 植 世 積 宋 谷 茶 農 不 米
木 夜 旅 呂 郎 壺

暮らしを豊かにしてくれる プロフェッショナル

暮らしのなかで困っていることはありませんか。
さまざまなジャンルで活躍するプロが、
きっと、あなたの困り事を解決してくれるはず!

エアコンのその“臭い” カビ菌まき散らしのサインかも

暖かくなり、久しぶりにエアコンをつけた時の“臭い”が気になる方も多いのでは。手入れせずに放っていたエアコン内部には、溜まったホコリや結露によってカビが繁殖。運転をするたび、臭いやカビ菌を室内中にまき散らすことに。そんな方におすすめ!丁寧な対応と技術でリピーターも多い同店。普段お掃除できないエアコン内部まで徹底洗浄。只今、新年号を記念して特別割引実施中!

PROFESSIONAL お掃除ならこの店

エアコンを分解し、エコ洗剤を使用。高圧洗浄で洗い流し、内部に潜むカビやほこり・花粉を除去。

特典
新年号記念「令和割」エアコンクリーニング【最大20%OFF】
1台のみの場合【10%OFF】・2台以上お申込みで【20%OFF】
2台以上お申し込みの場合、
- 壁掛けエアコン一般1台目…9,240円→7,392円
- 壁掛けエアコン一般2台目以降…7,000円→5,600円
- 壁掛けエアコンお掃除機能付き1台目…16,000円→12,800円
- 壁掛けエアコンお掃除機能付き2台目以降…13,000円→10,400円

※1台のみでのお申し込みの場合は10%OFFとなります
※詳しくはお問い合わせを※価格は全て税別 (5月末までのお問い合わせ)

おそうじ革命 茨木駅前店
茨木市西駅前町14-19 茨木第二ビル7F
営／9時～20時
HPにて「お客様の声・おそうじブログ」公開中!
072-648-7278
https://osouji-osaka.com

天井埋め込み式エアコン 20%OFF

通常24,000円の天埋エアコンクリーニングがとってもお得に!
1台目 24,000円→19,200円
2台目～20,500円→16,400円
事務所・店舗・ご家庭向けの天埋エアコンにも対応可能。
※詳しくはお問い合わせを
※価格は全て税別。(5月末までのお問い合わせ)

使用済みや欠品があっても査定OK 無料出張でまとめて買い取ってもらおう

使わなくなった子ども用教材やおもちゃ、ゲームなどが自宅に眠っているなら、無料で出張買取をしてくれる「トレジャー」に相談するのがオススメ!年間50万点以上の買取実績を誇り、使用済みや欠品のある教材でも査定OK。30年以上前のゲーム機やソフト、フィギュアなど買取対象は様々で、高額査定なのも嬉しいポイント。送料無料の宅配買取もOKとのことなので問合せしてみよう。

ゲームは昔のファミコンから最新機種まで、壊れた本体や箱・説明書のない昔のソフトでも。

PROFESSIONAL 買取ならこの店

ディズニー英語システムは15年前の教材でもOK!ワールドワイドキッズや七田教材、キュボロやクアドリラ、WAKUブロック、スカリーノ、ネフなどの木製玩具も買取。

教材・玩具・ゲーム・フィギュア・超合金・プラモ買取
買取専門店トレジャー 関西買取センター
受／9時～20時
年中無休
古物許可No. 大阪府公安委員会 第622010123619号
0120-977-719

▲おもちゃ用webはコチラ ▲教材用webはコチラ

買取例
- 仮面ライダー系変身グッズや戦隊ロボ・レゴ・フィギュアなど
- シルバニア・リカちゃん人形・プラモデル他
- 絵本・木製玩具・知育玩具・知育CD・DVDなども

特典
「シティライフを見た」で買取額20%UP!
(5月末まで)

通常難しいレンズのみ交換OK 大好きなメガネに再び“光”を

度数が合わなくなっても、慣れ親しんだ愛用のメガネは、手放しがたいもの。引き出しにしまっているなら、通常では難しい「フレーム持ち込みレンズ交換」に応じている同店へ。長年、某百貨店で高級メガネやレンズを扱い、経験豊富な店主が、現在の目の状態に合うレンズをセレクト。眠っているお気に入りを一生モノに!

PROFESSIONAL メガネならこの店

安心安全のHOYA製レンズMENU
- 薄型非球面設計(2枚)……3,900円
- 薄型遠近両用(2枚)……9,900円
- 超薄型非球面設計(2枚)……5,900円
- レンズフレーム込(薄型遠近両用)…13,800円～

特典
「シティライフを見た」で
フレーム&レンズセットを購入の方1,000円OFF (5月末まで)

高槻市芥川町2-8-20
営／10時～19時
木曜定休
072-682-0149

高品質なレンズに定評のあるHOYA。最新設計の遠近両用レンズ「ホヤラックス シンクロ」は、快適な視界を実現。遠近・中近・中近重視型遠近の3タイプ。
薄型1組24,000円～。詳しくはお問合わせを。

阪急阪神不動産が手がける戸建新ブランド 〈ジオガーデン〉8月彩都に誕生

昨年4月に「阪急」と「阪神」の不動産事業が集約した形で発足した阪急阪神不動産株式会社。従来「阪急」では彩都・宝塚山手台等の大規模ニュータウンの開発分譲、「阪神」では関西・首都圏を中心に都市型戸建の分譲事業を推進してきた。今回、「阪急のまちづくり」、「阪神のいえづくり」というノウハウが生かされた新ブランド〈ジオガーデン〉が誕生した。新ブランド〈ジオガーデン〉は、沿線開発で培ってきた阪急・阪神のノウハウと分譲マンション〈ジオ〉の商品企画力が融合されている。

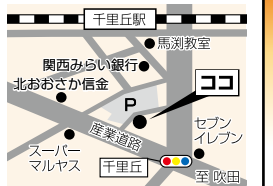
その第1号物件として、2019年8月から「彩都箕面」の新街区で、「ジオガーデン彩都箕面」(第1期16戸、総戸数40戸)の販売を予定している。

↑美しい景観と災害時のリスクに考慮し、無電柱にするなど安心と快適性の高い街となっている。
←安全性と景観に配慮した、ラウンドアバウト(環状交差点)を採用。

ジオガーデン彩都箕面 第1期物件概要

【所在地】大阪府箕面市彩都粟生北3丁目11番6他
【交 通】大阪モノレール彩都線「彩都西」駅より阪急バス約9分「彩都粟生北二丁目」停より徒歩1分 ／ 大阪モノレール「千里中央」駅より阪急バス約24分「彩都粟生北二丁目」停徒歩1分(分譲地より最も近い地点より算出)
【用途地域】第1種低層住居専用地域 【販売戸数】16戸
【敷地面積】170.28㎡(約51.50坪)～191.74㎡(約58.00坪)
【延床面積】101.85㎡(約30.80坪)～120.73㎡(約36.52坪)
【入居時期】2019年10月下旬(予定)
【事業主(売主)】阪急阪神不動産株式会社
国土交通大臣(15)第395号、(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟
〒530-0017 大阪市北区角田町1番1号東阪急ビルディング内
宅地戸建事業部 TEL.06-6313-3412
※本広告を行い、取引を開始するまでは、契約または予約の申込みはお受けできません。予めご了承下さい。

新しい「ジオガーデン」のロゴマーク

[問い合わせ] 彩都インフォ*ミュージアム
0120-5-3110-5
営業時間／10:00～17:00(定休日:火・水曜日)
物件サイト▶ https://8984.jp/3110/

EXPOCITY press

MAY Vol.34　5　エキスポシティプレス

連休が待ち遠しい！アウトドア・レジャーを楽しむならEXPOCITYでキマリ！

昨秋開催のキッズファッションショー「LaLaport EXPOCITY KIDS Fashion Carnival！！」でファミリー部門賞を受賞したファミリーにEXPOICTYを紹介してもらう企画第2弾！今月号はゆずちゃんファミリーの登場です。イベントやフェスがたくさん開催されるこの季節にぴったりな、機能性とデザイン性を兼ね備えたおでかけコーデやアイテムを紹介します。おでかけ準備をしっかりして、大型連休やレジャーシーズンを思いきり楽しんじゃおう！

キッズファッションショー時のゆずちゃん（当時2歳）とパパ→

連休が待ち遠しい！ アウトドアブランドを取り入れた おでかけコーデ

5/6(月・休)まで店内でPOP UPイベント「Style Of TCG」を開催！G/Nラインのブランドたちが主役に。

surf a.m./golf p.m.のアイテムは、ゴルフのときはもちろん、普段使いでも活躍。日本での取り扱いはTCGのみ！

※各靴はモデル私物

【レディス】
knot sisters K/S Stripe Sweater（10,800円）、patagonia® Women's Fleetwith Romper（16,200円）、Laughaha Kintaro W（4,104円）

ワンピース・ロンパーは速乾性と伸縮性を備えた、しわになりにくい多機能型。背中で交差するタンクトップのスタイルはレイヤリングしやすく、トイレに行きたくなったら容易に下げることが可能。フロントポケットを2つ備え、右ポケットには隠しジッパー式ポケットも。

【キッズ】 patagonia®
Baby Torrentshell Jacket（9,612円）、Organic Cotton T-Shirt（2,700円）、Baby Baggies™ Shorts（4,320円）

ジャケットはすべての縫い目をテープ処理し、土砂降りから守る完全防水性。複数パネル構造のフードは頭部を保護するようつばの下に伸縮性のまちを施し、後頭部には反射性テープ付き。耐風性と耐水性を備えた水陸両用のバギーズが海辺でもどこでも大活躍！

【メンズ】
surf a.m./golf p.m. SamG-pm BOMBER JK K（12,960円）、patagonia® Men's Text Logo Uprisal Hoody（11,340円）、patagonia® Men'sTerre-bonne Joggers（12,420円）

軽量でコンパクトに収納できるパンツは、通気性と速乾性を持ち合わせ、伸縮性のあるニットのウエストバンドと裾を備えた、スリムなカットのジョガー・スタイル。surf a.m./golf p.m.の着心地の良いジャケットで、シンプルに合わせて。

TCG（パタゴニア専門店）
ららぽーとEXPOCITY 2F
☎06-4860-6364

おしゃれに楽しむために！ こだわりアウトドア・レジャーグッズ

おしゃれに楽しみたいね！

リュックサック型の収納袋付きなので持ち運びも楽々。

CHUMS Pop Up Sunshade for relume（3人用）（8,424円）／CHUMS Booby Easy Chair for relume（4,104円）

今回初のCHUMSの別注アイテムが登場！ブラック・ベージュのシックな色味で大人なアウトドアスタイルを提案。サンシェードテントはポップアップ式でワンタッチで設営可能なので簡単に扱える。通気窓はメッシュになっているので通気や虫よけにもgood！

JOURNAL STANDARD relume
〈ジャーナルスタンダードレリューム〉
ららぽーとEXPOCITY 1F
☎06-4864-8156

組立簡単！コンパクトに収納できるバッグ付き。

ナバホEX Tepeeリビング400-AI／LOGOS エアライト ハイバックパケットチェア／LOGOS エアライト パケットチェア／LOGOS Life オートレッグテーブル 9050（ヴィンテージ）
※写真はイメージ。価格は店頭にてご確認ください。

新定番のTepeeは、雨天時の出入りでも水が入り込みにくく、靴や荷物を置くことができる前室付き。フライシートからインナーテントを外せば、雨天時や真夏に大活躍する大型タープに。

LOGOS SHOP〈ロゴスショップ〉
ららぽーとEXPOCITY 1F
☎06-4860-6392

アウトドア・ライフスタイルを提案するKAVUのアイテムをnanoらしくアーバンスタイルでも楽しめる、初めての別注アイテム。

KAVU別注キャップ（4,860円）
KAVUの定番アイテムであるストラップキャップを別注。ウェービング部分は、エスニック調と無地ベースの2パターン。

KAVU別注バッグ（4,104円）
KAVU定番アイテムのTOTE BAGをベースに、タウンユース使いに便利なサコッシュバッグをデザインして別注。メインポケットに加え、後ろ側にもポケットを配置。間口にはスナップボタンがついていて、物の出し入れも快適。

ナノ・ユニバース
ららぽーとEXPOCITY 1F
☎06-4860-6475

アイテム数が過去最多の9型登場！
※アイテムによって販売時期が異なります。

【別注】<COLEMAN（コールマン）> EXCURSION COOLER 16QT／クーラーボックス（4,968円）
COMPACT TREKKING STOOL／スツール（3,132円）

2019年の<COLEMAN>別注テーマは「CASUAL ELEGANT」。アウトドアではタブーとされている、ホワイトカラーでエレガントさを、グレーに近いダスティベージュでカジュアルさを演出。フレームやロゴは全てブラックで統一し、スピンドルには今の気分のMIX CODEを搭載。

BEAUTY&YOUTH UNITED ARROWS
〈ビューティアンドユース ユナイテッドアローズ〉
ららぽーとEXPOCITY 2F ☎06-4864-8285

2人掛け用チェアは背もたれ部分にポケットが備わっていて、機能性も抜群！

Coleman×FREAK'S STORE DOUBLE CHAIR（5,724円）
WAGON（17,280円）

今季のコールマン別注は、ジーンズのパラコ革パッチからインスピレーションを受けた牛柄に、都会的なブラックを組み合わせた仕様。全6アイテム登場。
※ワゴンは6月上旬販売

FREAK'S STORE
〈フリークスストア〉
ららぽーとEXPOCITY 1F
☎06-4864-2348

EXPOCITY FUN FUN OUTDOOR FESTA

5/18(土)・19(日)2日間限定イベント開催！ 詳細はコチラ
ひとあし早く、アウトドアな夏アイテムを手に入れよう。

ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場　館内イベント

セレクトショップやアウトドアショップが大集合。注目の別注アイテムやアウトドアファッションアイテムを見て比べて買えるイベント。さらに現地で購入した人だけがもらえるオリジナルノベルティも！

日時 5/18(土)・19(日) 10:00～21:00（19日のみ20:00まで）

オリジナルマグカップorバッグプレゼント！
光の広場催事会場、空の広場イベント会場にて1店舗2,000円（税込・合算不可）以上お買上げでオリジナルコットンバッグ（先着500個）を、1店舗10,000円（税込・合算不可）以上お買上げでさらにオリジナルマグカップ（先着100個）に1個プレゼント！
※なくなり次第終了いたします。

EXPOCITY　空の広場　屋外イベント

"小さな庭先で繰り広げられるガーデンパーティー"アーバンリサーチドアーズが開催を続ける人気の野外フェス「タイニーガーデンフェスティバル」のプレイベント。ハワイアンバーガー「ONO DINER milimili」も登場！

日時 5/18(土)・19(日) 10:00～17:00
（19日のみ物販は16:00まで）

土・日限定で対象のセレクト&アウトドアショップがおトク！

左記よりさらにポイントがたまるショップも！

普段使いはもちろん、キャンプやフェスでも使える。人気ブランドの夏物新作をおトクにお買物♪三井ショッピングパークカード《セゾン》でのクレジット払いなら100円（税抜）につき5ポイント、現金・その他のお支払いで100円（税抜）につき4ポイントに！！

期間 5/18(土)・19(日)・25(土)・26(日)

対象店舗など詳細はコチラ

OUTDOOR PARK
うれしい！おいしい！たのしい！アウトドアまるごと万博記念公園に大集合！
5/18(土)・19(日)アウトドアパークも同時開催！ 詳細はコチラ

＼ゴールデンウィークはイベント盛りだくさん！／

「カルピス」じゃぐち in 大阪
～「カルピス」100周年 人を想う記念日ACTION！～

子どもたちをお祝いする「カルピス」じゃぐちが大阪にやってきます。特設サイト上で集められた子どもたちへのお祝いのメッセージが、1杯の「カルピス」に変わって蛇口から出てくる「カルピス」じゃぐち。会場では、じゃぐち君とお話しながら「カルピス」が飲めます。巨大バルーンと写真撮影もできます。
※小学生以下であればどなたでも無料でご参加いただけます。

日時 5/5(日・祝)～6(月・休) 10:00～17:00
場所 ららぽーとEXPOCITY
問合先 アサヒ飲料株式会社 お客様相談室 0120-328-124
「カルピス」100周年WEBサイト https://www.calpis100th.jp/
「カルピス」じゃぐちWEBサイト https://www.calpis100th.jp/jyaguchi

LEGO PARK 2019
きて、つくって、あそんで！

詳細はコチラをチェック

レゴ®パークがやってくる！
30万個のレゴブロックの中に入ってあそべるメガレゴプールなど、いろいろなレゴ体験をたのしもう。
日時 4/27(土)～30(火・休)
10:00～18:00(17:30最終受付)
場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場

ららぽーとの館内各所にてオリジナルイベントも！

レゴ®ミニフィグラリー
館内のラリーポイントでパーツをあつめて、みんなでレゴ®ミニフィグを完成させよう。
参加費無料
日時 5/2(木・休)～6(月・休) 10:00～18:00
受付場所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab
定員 各日先着1,500名様　対象年齢 4歳以上
※期間中、ご参加はお一人様1回限りとなります。※ラリーシートはなくなり次第終了となります。

レゴ®モザイクウォール
みんなの「大好き」をあつめて、世界にひとつだけのレゴ®モザイクウォールを完成させよう！
参加費無料
日時 5/2(木・休) 10:30～15:30
場所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab

定員 各回先着20名様　対象年齢 4歳以上
※準備時間を含む30分ごとの入れ替え制となります。※展示は5/6(月・休)までとなります。
※当日9:30より空の広場にて各回の整理券を配布いたします。
※10:30以降は3F EXPOCITY Labにて整理券を配布いたします。

レゴ®ワークショップ
アプリ会員限定
参加費無料
レゴ®ブロックをつかって、オリジナルデザインのクルマをつくろう！
日時 5/3(金・祝) 11:00～、13:00～、14:00～、15:00～
場所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab
定員 キッズクラブアプリ会員限定　各回先着25名様　対象年齢 4歳～小学生
※当日9:30より空の広場にて各回の整理券を配布いたします。
※10:30以降は3F EXPOCITY Labにて整理券を配布いたします。
※クルマのカラーは抽選となりますので、お選びいただくことはできません。

レゴ®3Dモデル展示
レゴ®ブロックでつくられた大きな3Dモデルが、館内に登場！
日時 5/2(木・休)～6(月・休)
場所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab
※画像はイメージです。

母の日おすすめギフト

となりのトトロ　エプロン トトロ(3,240円)
トトロたちが勢揃いした可愛いデザインのエプロン。ポケット付きでとても便利です。お料理好きの方へのプレゼントにもおすすめです。

となりのトトロ　"葉っぱあつめ"プランターカバー＆造花ギフト(5,940円)※プランターカバー4,536円、造花 1,404円
色とりどりの葉っぱを詰め込んで、みんなで一所懸命運んでいる姿がかわいらしいプランターカバーです。

どんぐり共和国
ららぽーとEXPOCITY 3F
06-4860-6496

© Studio Ghibli

タスカリネン(31,320円)
使い勝手のよいポケットを多く配し、安心のファスナー仕様のバッグ。麻×牛革を使用した、シワになりにくく自立した上品な佇まいが魅力。

サニーバッグ(27,000円)
しっかりとしたハリとコシのあるキャンバス生地は、綿100%。国産帆布の名産地・倉敷で昔ながらの製法で織られたもので、使い込むほどにやわらかくなり、愛着が深まるエイジングを楽しめる。

3/16(土) OPEN
genten〈ゲンテン〉
ららぽーとEXPOCITY 2F
06-6816-1101

サイケデリケイトベイシング(4,350円)
バスタイムがとびきり楽しくなる4種類のバスボム(入浴剤)が入ったギフトセット。

ハッピーマザーズディ(8,300円)
全身をケアしてくれる魅惑的なご褒美アイテムが8つ入ったギフトで、心安らぐバスタイムと贅沢なシャワータイムに。

LUSH〈ラッシュ〉
ららぽーとEXPOCITY 3F
06-4864-2239

フラワーハーバリウム(各色2,500円)、フラワーハーバリウムミニ(各色1,800円)
※ともにピンク・ブルー・イエローの3色展開

花言葉で、"感謝"を表す「かすみ草」と"愛情"を表す「バラ」のドライ・プリザーブドフラワーを使用したハーバリウム。感謝の気持ちを伝えるのに最適なギフト。

日比谷花壇とのコラボアイテム！

Afternoon Tea HOME&LIVING
〈アフタヌーンティー ホームアンドリビング〉
ららぽーとEXPOCITY 1F 06-4860-6347

5/10(金)～12(日)の3日間限定！！

フラワーショップ《Be Five Ten》と《Champs de fleurs》のコラボショップがオープンします。
5/12(日)の母の日にぴったりのフラワーギフトをご用意してお待ちしています！！

取り扱い商品
生花(アレンジメント・花束)、鉢物、ドライフラワー、プリザーブドフラワー、ハーバリウム、その他アクセサリーやインテリア小物なども用意しております。
日時 5/10(金)～12(日) 10:00～20:00
場所 ららぽーとEXPOCITY 1F ギャレット ポップコーン ショップス®前
優待 駐車サービス、クレジット不可、現金のみ

空広フェスタ フラワー＆ハーブマーケット
生花販売やハーブ、アロマ体験などワクワクがいっぱい！
期間 5/11(土)・12(日)　場所 EXPOCITY 空の広場

NEW OPEN SHOPに注目

SUUMO スーモカウンター

スーモカウンター
【住まい探しの無料講座・相談サービス】
ららぽーとEXPOCITY 3F

家づくり予算の立て方、つまずきやすいポイントを、専任アドバイザーが解説しながら、家づくりをサポート。ご要望に合った建築会社もご紹介。サービスは全て無料です。

ABstore

ABstore〈エービーストアー〉
【スマートフォンアクセサリー】
ららぽーとEXPOCITY 3F

アイテム数5,000種以上を誇るスマートフォンアクセサリー専門店。本革手帳ケース等、他にはないアイテムをはじめ、各キャリアのスマートフォン機種も豊富に取り揃えております。大人気保護フィルム貼り付けサービスも実施中！

4/26(金) OPEN

H&M〈エイチアンドエム〉
【ウィメンズ・メンズ・キッズ・アクセサリー】
H.L.N.A ZONE 2F

スウェーデン発のファッションブランド。ウィメンズ、メンズ、キッズ、アクセサリーなど幅広い商品ラインナップ。

第21回 &EARTH

衣料支援プロジェクト
～あなたの服で世界に笑顔を～

主催：NPO法人 日本救援衣料センター
協力：三井不動産株式会社／三井不動産商業マネジメント株式会社

ご不用になった衣料品を世界各地の難民、避難民、被災地の人々へ寄贈する活動「&EARTH 衣料支援プロジェクト」を開催いたします。ご家庭で眠っている衣料品をお持ちください。

受付日時
5/25(土)10:00～16:00
受付場所
ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
詳しくは「&EARTH 衣料支援プロジェクト」のWEBページでご確認ください。

EXPOCITY
吹田市千里万博公園2-1

営業時間 ららぽーとEXPOCITY
10:00～21:00(物販・フードコート・サービス・その他)、
11:00～22:00(EXPO KITCHEN)
※一部店舗、その他エンターテインメント施設は、施設ごとに異なる
問合せ先 06-6170-5590(代表/10:00～18:00)
最新情報はHPをご覧ください
https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/expocity/

毎月火曜日3回配信中！
https://expocity.comepass.jp

●5/ 7号「夏ネイルと柄コーデのステキな関係」
●5/14号「胸が高鳴る！プレイフルな春キャンプ」
●5/21号「真夏とヘアアレンジのシンクロナイズ」
※タイトルは予告なく変更になる可能性がございます。

EXPOCITY Labでの 開催イベント

fun! fun! EXPO Workshop
アソブ! マナブ! ミツケル!

Mitsui Shopping Park
火曜日開催！

fun!fun! EXPO Workshop
1月から開催場所が、ららぽーとEXPOCITY 3F「EXPOCITY Lab」に変わりました！

5/ 7(火)「母の日に送るハーバリウム作り」
5/14(火)「爽やかナチュラルリース」
5/21(火)「木材を使用したDIY Let's DIY 壁掛け鏡」
5/28(火)「壁掛けWOODプレートアレンジ」

詳細は近日公開予定

EXPO 土曜 Premium

EXPO土曜 Premium
土曜日開催！

暮らしをもっと愉しもう。土曜日は、ご家族でプレミアムワークショップ。男性も楽しめるワークショップや講座、イベントなどをご用意！

5/18(土)
「大人の靴磨き教室」

詳細は近日WEBにて公開予定

NIFRELにふれる Vol.37

大人の感性も刺激する、生きているミュージアム「ニフレル」。色々な目線で見たニフレルを紹介します。

地域ニュースサイトCityLife NEWSからもご覧いただけます。

CityLife NEWS で検索

大型動物担当キュレーター　木村さん

2月21日に誕生したミニカバの赤ちゃん。愛称を募集し、9831通の応募の中から選ばれたのは、「タムタム」！そこで今回は、タムタムの成長の様子を、父親のように見守るキュレーター・木村さんに教えてもらいました。

ミニカバの赤ちゃんすくすく成長中

ミニカバは生後3ヵ月までは母乳で育つといわれています。ママのフルフルは、タムタムが飲みやすいように体の向きを変えるなど、授乳に慣れてきたようです。最近のタムタムは餌を食べるフルフルの真似をして、草をパクパクする仕草をするようになりました。排便をチェックすると、色が茶色だったり草の繊維が混じっていることがあるので、もうすぐ餌を食べ始めるようになると思います。

甘えっ子のタムタムは常にママにべったり。ところが少しずつ、離れてお散歩やプールを楽しむ時間もできてきました。でも長く離れていると、フルフルが心配して迎えに行きます。なんとも微笑ましいですね。フルフルの機嫌が悪い時には、タムタムはフルフルが入って来ることができない狭い隙間に避難している様子が見られます。子どもなりに考えて行動しているのだなと感じます。

3月12日からお客様にミニカバの親子をのぞき窓からご覧頂いていますが、窓を徐々に大きく、数も増やして、4月13日からは全ての目隠しを取りはずします。潜る練習をし始めているので、前面のプールを親子で仲良く泳いでいる姿が見られるかもしれません。親子の姿をご覧いただけるのは15時までなので、ぜひ愛くるしいタムタムと子育てを頑張るフルフルの様子を観察してみてください。

ママのお腹の下が好きでよく潜り込むタムタムと、踏まないよう気を遣ってよけるフルフル。

少しずつそれぞれの時間を楽しむように。フルフルは食べるのが大好き！タムタムは温水プールが大好き！

NIFREL〈ニフレル〉
吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内
営／10時～20時（4/27～5/6は9時～）
年中無休
入館料／
大人（高校生／16歳以上）2,000円
子ども（小・中学生）1,000円
幼児（3歳以上）600円
0570-022060（ナビダイヤル）

GAMBA NEWS 北摂のJリーグクラブ ガンバ大阪を応援しよう！ ガンバ通信

取材協力／ガンバ大阪　取材・文／CityLife編集部 吉見梨恵

＼ 観戦に！普段使いに！ ／ ガンバ大阪「ブルスパジオ」おすすめグッズ紹介

ガンバ大阪 グッズ・ブランド担当

ブルスパジオはパナソニックスタジアム吹田2階にあり、試合時以外でも楽しめる圧巻のアイテム数を誇るガンバオフィシャルショップ。観戦時に持っておきたいグッズをはじめ、普段使いできる小物類やお土産にピッタリなお菓子まで種類が豊富！ぜひブルスパジオでゲットしよう。

ブルスパジオ
吹田市千里万博公園3-3 パナソニックスタジアム吹田2階
営／9:30～17:30（試合開催日は異なる）
月・木曜定休
06-6875-8558
※5/4（土祝）試合日の営業は9:30～12:00場外から、13:00～17:30場内からのお客様

観戦時に持っておきたいグッズはコレ！

定番のアイテムといえば、タオルマフラー！首に巻いたり、試合開始時に掲げたり、振り回して応援するシーンも。LEDブレスはナイター試合時の光の演出にもなるので、持っておきたいアイテムの一つ。

上▸プレイヤーズタオルマフラー（2,160円）
下▸タオルマフラーたこやき（1,620円）
LEDブレス（600円）
プレイヤーズリストバンド（972円）▸

＼ ユニフォーム再販は下記にて！ ／
6/22（土）湘南ベルマーレ戦 ブルスパジオ店頭
6/23（日）オンラインショップ

こんなグッズもあるんです！

自慢したくなる格好良いものやクスッと笑えるデザイン、コラボグッズなど、楽しいほどジャンルが豊富。「こんなグッズもあったんだ！」と、新しい発見があるはず。ぜひお気に入りを見つけよう。

Bianchi ミニショルダー（7,992円）
ロックグラス（1,296円）
上▸カトラリーセット（大）（1,404円）
下▸お箸（756円）

左▸たこやき巾着（1,188円）
右上▸たこやきコインケース（1,512円）
右下▸たこやきクッションキーホルダー（1,080円）

併設するミュージアム「ブルストリア」に立ち寄ろう

ブルスパジオに来たら、ショップ内に併設するミュージアム「ブルストリア」にもぜひ立ち寄ろう。ガンバ大阪歴代選手のプレートや過去に獲得した数々のトロフィーの展示など、ガンバ大阪の歴史を体感できる。選手パネルとの写真撮影もOK！（入場無料）

5月のホームゲーム日程
@パナソニックスタジアム吹田

J1リーグ
5/ 4（土祝）16時 vs FC東京
5/18（土）　19時 vs セレッソ大阪

ルヴァン杯
5/ 8（水）　19時 vs 清水エスパルス

J3リーグ
5/ 5（日祝）14時 vs ブラウブリッツ秋田

チケット好評発売中！
詳細・購入は ガンバチケット 検索

2019ガンバ大阪 オフィシャルファンクラブ＆ハーフ年間パス募集中！！！

GAMBA OSAKA 2019 OFFICIAL FAN CLUB

ガンバ大阪では2019シーズンファンクラブ会員を募集しております！！レギュラー会員では年会費3,000円（税込）で**マフラータオルと1試合招待券をプレゼント**しております。ファンクラブ会員に入会すると**ホームゲームチケットが早く安く購入**いただけます。またファンクラブ会員限定イベント**「ファン感謝デー」にもご招待**させていただきます。この機会にファンクラブに入会して、ガンバ大阪を応援しよう！

さらに!! **4/20（土）よりハーフ年間パスの受付を開始！！**

ハーフ年間パスを購入していただいた方には**スタジアムフード割引券をプレゼント！！**残り10試合をお楽しみいただくにはハーフ年間パスがオススメです！！

申込期間　ファンクラブのみ：2019/9/16（月・祝）締め切り
ハーフ年間パス（指定席）2019/4/20（土）～5/12（日）23:59締め切り
ハーフ年間パス（自由席）2019/4/20（土）～5/19（日）23:59締め切り

詳細はオフィシャルサイトをチェック！ http://www.gamba-osaka.net

大阪モノレールからのお知らせ

モノレール沿線ぶらり 1dayチケット

ファミリーでのお出かけにお得です!!

大阪モノレールでは、毎月第3土曜日にご利用いただけるお得な乗車券を発売します（前売りのみ）。

有効区間　モノレール全線乗り降り自由
発売金額　大人600円、小児200円（大人1枚につき小児2枚まで購入可能）
発売場所　大阪モノレール各駅改札窓口
有効日　5月は 5/18（土）
発売期間　5/11（土）～17（金）

EXPOCITY、ニフレル等、提携施設での当チケット呈示でお得な特典もあります。

詳しくはHPから http://www.osaka-monorail.co.jp/

万博記念公園からのお知らせ

万博記念公園 ローズフェスタ

1970年の大阪万博開催時、世界9カ国から平和を願って贈られたバラたちと、最新のバラを取り入れた"極上の癒し空間"として生まれ変わった「平和のバラ園」。優美なバラの姿はもちろん、豊かな香りもぜひお楽しみください。バラ苗販売、各種体験会、講習会も共催しています。

日時　5/11（土）～6/9（日）
9:30～17:00（入園は16:30まで）
場所　平和のバラ園
問合せ　万博記念公園総合案内所 06-6877-7387

※画像はイメージです。

イベント開催 / 11:00～17:00
※イベント・先着プレゼントへの参加チケットは10:00～配布、1世帯1名様限りとなります。

LaQハカセに学ぶこどもブロック教室

LaQ

LaQハカセから色々なテクニックを学んで、LaQブロックの世界を楽しもう!

4/27(土)
①11:00～
②13:00～
③15:00～
各回24組様
小学生以下限定

LaQブロック展示コーナー
フリーブロックコーナー

© YOSHIRITSU CO.,LTD.

ジェームスとレインがやってくる!

4/28(日)

© 2019 Gullane (Thomas) Limited.

※当日、混雑状況により早めに受付を終了させていただく場合がありますのでご了承ください

ハローキティ&ウサハナのジョイフルパーティ!

今年45周年を迎えたハローキティも出演!歌や手遊び、ゲーム、ダンスで思いっきり楽しもう!

4/29(月・祝)
①11:00～
②14:00～

©1976, 2001, 2019 SANRIO CO., LTD. APPROVAL No. SP600005

すいぞくかんがやってきた

5/3(金・祝)

水の中の生き物に触って、楽しく学ぼう!ヒトデ等のタッチプールや、360度海中散歩ができるVR体験、水槽展示をご用意しました!

村山輝星(きらり)とみんなで遊ぼう!

5/4(土・祝)
①11:30～
②14:00～

子ども番組でお馴染みのきらりちゃんが登場!笑顔いっぱいのトークとプレゼント抽選会をお楽しみください♪

※抽選会への参加はアンケートへのご記入が必要です

村山輝星(劇団東俳)

タカラトミー おもちゃランド

5/5(日・祝)
200組様

©Hero Morita, BBBProject　© TOMY

みんなが大好きな「それいけ!アンパンマン」が登場!!

5/5(日・祝)

©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

圧倒的日常エンターテイメント kajiiミニコンサート

5/6(月・休)
①11:30～
②14:00～

聴いて楽しいのはもちろん、見て楽しい、触れて楽しい、参加型エンターテイメントです。

騎士竜戦隊リュウソウジャー プレイランド

5/6(月・休)

参加無料

- ふわふわリュウソウジャー
- ふわふわリュウソウレッド
- アカレンジャースライダー
- バスケットゴール
- わなげ
- リュウソウレッド握手会 ①11:00～ ②13:00～ ③15:00～

※このイベントはキャラクターショーではありません

©2019 テレビ朝日・東映AG・東映

ふれあい動物園

5/11(土)

かわいい動物や生き物たちが大集合!

※動物の種類は変更になることがあります

※動物取扱業者標識:有限会社ふれあいの里動物村/大阪府茨木市泉原572-1/展示/大阪府登録第79-5号/2016.6.13～2021.6.12/斉藤勝

HUGっと!プリキュアのキュアエールがやってくる!

HUGっと!プリキュア

5/12(日)
①11:00～
②13:00～
③15:00～

※このイベントはキャラクターショーではありません

観覧無料

©ABC-A・東映アニメーション

*「住まいのアンケート」はABCハウジング並びに当会場の出展住宅会社からお客様に対し、住宅購入・暮らしに関する情報等をご案内する目的で取得し利用します。1世帯1名様限り、期間中1回限りとさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。※催し物については一部、「住まいのアンケート」にご協力いただいた方が対象です。当日の状況により、内容の変更(または中止)や予定時間前に終了する場合もあります。詳しくは住宅公園受付までお問合せください。※各イベントへの参加は、1世帯1名様限り。なくなり次第終了させていただきます。※掲載写真はいずれもイメージです。

千里住宅公園

大阪モノレール「万博記念公園」駅からすぐ

車でお越しの方は
●万博記念公園外周道路沿い
電車でお越しの方は
●大阪モノレール「万博記念公園」駅下車すぐ

TEL 06-6876-1521

○専用駐車場有り　○開場時間／10:00～18:00
○住宅公園受付は毎週水曜日定休日(祝日は営業)
※水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーへ直接お尋ねください。
主催：朝日放送グループホールディングス　ABC開発　朝日新聞社

ご来場プレゼント

4/27(土)→5/31(金)
※水曜日を除く(5/1は営業)

期間中、住宅公園受付で「住まいのアンケート*」にお答えください。モデルホームご見学後、ご覧の賞品をプレゼントします。

※いずれかひとつ。
※写真はイメージです。カラーは選べません。

この記事をご持参で! ～プレゼント～

4/27(土)→5/31(金)
※水曜日を除く(5/1は営業)

さらに、この記事をご持参のうえ「住まいのアンケート*」にお答えいただいた方にステキなプレゼントを差し上げます。

美顔ローラー

※写真はイメージです。
※賞品は予告なく変更される場合があります。※賞品は他の情報誌の賞品と重複して受け取ることはできません。※千里住宅公園のみ有効。

CL

ABCハウジング 北摂暮らしフェスタ in千里住宅公園

4/27(土)・28(日)・29(月祝)

11:00〜17:00 雨天決行 ※荒天により中止になる場合があります。

4/27(土)・28(日)・29(月・祝)は、北摂の楽しみ方をあらためて見つけられる「北摂暮らしフェスタ」を開催!北摂の美味しい名店や逸品のほか、北摂の自治体7市3町の暮らし情報も。北摂のゆるキャラも登場します!ぜひ、ご家族そろってお越しください!

「住まいのアンケート」にお答えいただいた方に!イベントチケット500円分をプレゼント
※一部使用できない店舗があります

北摂自治体のゆるキャラが登場!

copain コパン
茨木市
どんぐり帽、編み小物、羊毛フェルト作品 【4/27出店】

ミニチュアログハウス
吹田市
ハンドメイドのミニチュアログハウス(4種類) 【4/27・28出店】

パティスリーモンターニュ
池田市
「大阪もん地玉子」を使用した焼き菓子と、「チキチキスウィーツ」

jenicoとbooworks ジェニコとブーワークス
豊中市
500円おなまえはんこ、糸、けしごむはんこ、糸を使った雑貨など

能勢びより&てっぺん糀工房
能勢町
自然素材の焼き菓子、栗サイダー、糀、栗パスタ、能勢栗ハチミツ

ninazakka になざっか
茨木市
ハンドメイドアクセサリー

HANA ZORI はな ぞーり
池田市
オリジナルぞうり「はなぞうり」「和尚さんだる」

前村食品 まえむらしょくひん
摂津市
鳥飼なす漬物・ジャム・あめ・肉まん・チマキ・ミンチカツ・大阪もん漬物

高栄畳店 こうえいたたみてん
高槻市
ミニ畳とくるみぼたん作り体験ワークショップ 【4/28出店】

べじたぶるぱーく
能勢町
ジャム、ピクルス、ハーブティー、ハーブソルトなど 【4/28・29出店】

Ceramic studio セラミック スタジオ
能勢町
動物モチーフの陶磁器 【4/29出店】

イタリアンローストコーヒー Nena Nena ESPRESSO
茨木市
イタリアで焙煎されたコーヒーをイタリア製エスプレッソマシンで提供 【4/29出店】

池カラショップ
池田市
チキンラーメンを衣にした唐揚げ「池カラ」と、コロッケ「チキコロ」

for ZERO フォー ゼロ
箕面市
ブレスレットづくりワークショップ、ペット関連商品、雑貨など 【4/28・29出店】

gincot ギンコット
摂津市
がま口バッグ、がま口ポシェット、がま口ポーチなど

桜川サイダー
能勢町
桜川サイダー、チョコサイダー、ラフランスサイダー、ジンジャエール

アマゾンカムカム
豊中市
スーパーフルーツ「カムカム」ドリンクほか、カムカム商品

いんやん倶楽部
吹田市
梅醤番茶、本葛あめ、ドレッシング、ふりかけ、書籍、歯磨き粉 【4/27・28出店】

おやこで、かぞくで、GWをたのしもう!!

Kids Festa FAMILY HOLIDAY ABCハウジング 千里住宅公園

5/3(金・祝)・4(土・祝) 10:00-17:00

入場無料 雨天決行 ※荒天により中止になる場合があります。

「住まいのアンケート」にお答えいただいた方に!イベントチケット500円分をプレゼント

5/3(金・祝)・4(土・祝)の2日間は「Kids Festa(キッズフェスタ)」を開催! イベントハウスでは、親子でたっぷり楽しめる親子ワークショップ、園内にはキッズアクセサリーなど手づくり雑貨が盛りだくさん。音楽キャラバンもやってきます! この機会に千里住宅公園でたっぷり楽しんでください!

※5/5(日・祝)・6(月・休)も引き続き出展するグルメ店もあります。
※下記 WS=ワークショップ

もふもふ♪モスペット
もふもふ♪モスペット
[参加費用]1,400円 [時間]約30分 [対象年齢]5歳〜 5/3・4
カラフルな苔玉に、手足やお顔を付けて育てるオリジナル植物ペット「モスペット」を作りましょう!
ハーバリウムワークショップ
Arhy.k
[参加費用]700円 [時間]約20分〜 [対象年齢]3歳〜 5/3・4
お好きな花材を選んで、オリジナルのハーバリウムをつくりましょう。親子で一緒につくれます。
オリジナルステンシルマグネット オリジナル鍋敷き
木工雑貨tonton
[参加費用] 5/3・4 マグネットクリップ150円、鍋敷き500円 [時間]約20分 [対象年齢]2歳〜
お好きなスタンプやステンシルをして、自分だけのオリジナルマグネットをつくりましょう。クリップにもなります!鍋敷きのワークショップもご用意しています。
世界で1つのスイーツデコを作ろう!
スイーツデコリリィ
[参加費用]600円〜 [時間]約15分 [対象年齢]2歳〜 5/3
本物より可愛いを目指してパーツを手作りしています。鏡や小物入れ等、約10種類ある土台にデコレーション出来ます。パーツは約300種類。
Amulette
5/3
●WS 絵本の影絵ハーバリウム作り
●物販 ハーバリウムボールペン、花を使ったアクセサリー
tokotokoanyo
5/4
●WS ステンドグラスデコと、フェイクグリーンを植えて作る雑貨
●物販 フェイクグリーンを使用した雑貨やハーバリウム
kokoaru
5/3・4
●WS 販売:ミニ盆栽、多肉植物の寄せ植え、多肉植物の苗
branchu
5/3
●WS ドライフラワー中心のスワッグ、花束、リース、アレンジメント、ハーバリウム
●物販 木製スプーン、フォークなどのカトラリー
PUPPET座
5/3・4
●WS 羊毛のワークショップ
●物販 羊毛フェルトの雑貨、アクセサリー、バッグなど
Birthday
5/3・4
●WS 木工パズル
●物販 木工雑貨
手作りのお店 ぴえろっと
5/3・4
●物販 フェルトのおままごと・マスク
羊毛フェルト もりゆ
5/3・4
●物販 ハンドメイドのヘアゴム、ヘアピン、ぱっちんどめ、がまぐち、ブローチ・コサージュ
ふく
5/3・4
●物販 似顔絵、イラスト、雑貨
NOANOA CHALKART WORKS
5/3・4
●WS●物販 オイルパステルでブラックボードに描くチョークアートのミニ作品販売とワークショップ
こんぶ工房*
5/3・4
●物販 ハンドメイドアクセサリー、イヤリング、ピアス、ネックレス動物ぽんぽんのブローチ、バッグチャーム、布小物

Panie
5/3・4
●物販 手作り雑貨・セレクト雑貨
kukka
5/3・4
●WS 好きなお花で花冠を作ってもらうワークショップを開催します。
●物販 生花(切花、ミニブーケ)・リース、スワッグ・ミニ花瓶
8710.LOVE
5/5・6
バナナジュース、チョコバナナジュース
焼き鳥渡鳥
5/5・6
吹田クワイを衣にまぶした唐揚げなど、大阪伝統野菜に拘った商品

AMMY
5/3・4 5/5・6
カレー・ナン・チーズナン・チョコナン・タンドリーチキン・チキンティッカ
京都ダイコクバーガー
5/3・4 5/5・6
ハンバーガー、フライドポテト、チキンナゲット、エビカツ
yum yum journey
5/3・4 5/5・6
ささみスティック(ささみを揚げたもの)他
べいく堂
5/3・4 5/5・6
メロンパン、チョコパイ、スィートポテトパイ、アップルパイ メロンパンラスク
北新地Chief
5/5・6
手作りハンバーグステーキ、黒毛和牛の焼肉、牛肉コロッケ、フライポテト
GRAND
5/3・4 5/6
パン、ラスク、スコーン、蜂蜜、ココナッツオイル、ジュース
カフェバス
5/3 5/6
限定コッペサンドボックス・コーヒーの販売。
LIVE
公園内を歩く楽しい音楽パレードです!
① 11:30〜
② 13:00〜
③ 14:30〜

5/3 モリオカルテット
5/4 スカリリッシュTRIO

会場までのアクセスは右ページを参照ください▶

そのうやむやなかったことに スッキリBeauty

うやむや

ぽっこりお腹、むくみ、たるみ、なんだか全身スッキリしない。
鏡を見るのが怖いし、体重計に乗りたくない。
いや、ちょっと待て。そんなこと言ってられない！！
現実から逃げずに早めにしっかり対策しておかなきゃ、
もっと取り返しのつかないことになる。

体も肌も気持ちもスッキリさせたい！
これはもう頼るっきゃないですね。
スッキリさせてくれる
ビューティサロンに！！

編集部よしみん
30代半ばのお局編集スタッフ。ストイックに通っていたジムも最近はサボり気味に。あれよあれよと贅肉が私につきまとう今日このごろ。よし、夏に向けてカラダ改革だー！

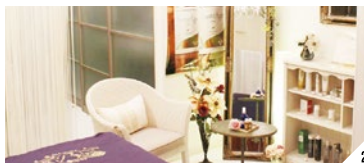
こんなうやむや撃退

● どうせ元々スタイルが良くないから…

スッキリ 「瘦身矯正」

リンパドレナージュ、揉み出しマッサージに加えて整体で矯正を施し、肉が付きにくい体型に変化させてくれる、一度戻せばそのままリバウンドしないと評判。

「こういう体型だから」をモデル体型へ 整体×エステで劇的体型変化

50店舗のエステサロンにて指名ナンバーワンの実績をもつ、Kohさんがこの3月オープンさせたプライベートサロン。「月1回通うだけで、本当に痩せた。2回くらいで実感できたのははじめてだし、リバウンドもない」と評判。血流・水分が流れ、肩幅が狭くなり、脚も長くなるなどいいこと尽くし！また他にも人気は小顔矯正。小顔はもちろん首も長くなり、一度治せば戻らないという。確かな技術でちゃんと卒業できるサロンだ。

1.「触るだけでどこをどうすればいいか分かる」というKohさん。理想体形を手に入れて！ 2.完全なプライベート空間でアロマの香りで心もリラックス。 3.優しい雰囲気のKohさんは50の店舗数があるエステサロンにてナンバーワンの指名実績をもつ、技術の持ち主。「結果が全然違う!」と今も多くの人が通う。

［高槻］
BIJOUROTE
〈ビジュローテ〉
高槻市芥川町1-10-24
営／10時〜20時
予約制　不定休
080-4023-5577

NEW OPEN

特典
「シティライフを見た」と予約で
● 瘦身矯正(60分)…16,000円
● 小顔矯正(60分)…15,000円
のいずれのメニューも30%OFF
(5月末まで) 税別表記

こんなうやむや撃退

● 自己流ダイエットに失敗してきた
● 頑張って痩せてもリバウンドする

スッキリ 「パーソナルトレーニング」

1人でジムに行くと、1〜2時間やらないと効果が出ないのが、パーソナルで1対1だと30分でもしっかり効果が…！年齢は問わず、産後太りに悩む人やダイエット、関節が痛くなるなどの健康のためにもとのこと。

「痩せ」に一番効果的なのは筋トレ マンツーマンで夏までに痩せよう

「実は多くの人が痩せたいとしているウォーキングやジョギング、でもそれが逆効果なんです…！痩せるのに一番の近道は筋トレ！自力でするよりもなりたいボディに合わせてプロを頼るのが綺麗な体づくりには大事です」と話すオーナーの西川さん。3月にオープンしたばかりの同店は「続けやすいように」と1回3,500円の良心価格に設定。西川さん自身は柔道整復師として10年以上、トレーナーの資格を持つ頼もしい存在。「ムキムキではなく女性らしい体づくりをしたい」「細デニムを履きこなす、美尻になりたい」「3ヵ月でー10キロ痩せたい」などの要望を叶えてくれる。初回は2,000円で体験可能！健康的に痩せたい人、オススメ！

1.運動が苦手な人、不安な人も無理のない形からスタートできる。 2.1対1で体の動きを教えてくれるから効果が出やすい。 3.食事指導も行ってくれ、トータルでサポートしてくれる。

［茨木］
パーソナルトレーニングジム
At first
(カラダケア整体院併設)
茨木市稲葉町11-17
営／9時〜12時　15時〜21時(最終受付20時半)
火曜定休　祝日不定休　完全予約制
072-652-7627　https://atfirst-ibaraki.com

NEW OPEN

Menu
● 入会金…7,000円
● パーソナルトレーニング…1回3,500円

特典
「シティライフを見た」で
● 体験1回　3,500円→2,000円
さらに入会の人
● 入会金　7,000円→無料
(5月末まで)

From CityLife **CityLife 読者モデル募集中**

情報紙CityLifeでは、グルメ・美容・レジャーなど読者モデルとして実際に体験していただける方を募集しています。ご応募お待ちしております。

［応募方法］下記URLかQRコードよりエントリーください。
https://goo.gl/WE7u31

※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。

「造顔マッサージ®」正規継承サロンで 小顔に手応え&たるみ・しわ・ほうれい線も改善

たるみやしわなど、老け要因を引き起こす理由のひとつが、血流やリンパの滞りなのだとか。それを改善し、小顔効果も期待できるのが世界的な美容家・田中宥久子先生開発の「造顔マッサージ®」。オールハンドのお手入れによって、老廃物が溜まりやすい目の周りや小鼻の横、頬骨付近を中心に皮膚表面ばかりか筋肉にも働きかけ、デトックス&肌質改善。1回でもフェイスラインや目元、目鼻立ちがスッキリして、ハリが復活。しかも"ぐぐっ""ぎゅっー""じわっー"とイタ気持ちいい～圧は、やみつきになりそう！若々しい素顔に向けて、ぜひお試しを。

こんな うやむや撃退

- 小顔になりたい…
- 顔のたるみやむくみが気になる…
- しわやほうれい線が目立つ…
- 肌の血色が悪くハリもない…

スッキリ

「造顔マッサージ®(60分)」

通常9,720円→シティライフ限定価格 60分 **4,860円**(5月末まで)

「別人みたい!」「顔が小さくなった!」の声が続々の「造顔マッサージ®」。田中宥久子先生から受け継ぐ数種類のハンドマッサージで、ストレスや首・肩のコリ、噛みグセなどで硬くなった顔の筋肉に働きかけ、老廃物を静脈やリンパに流し込む。同時に肩や首のコリ、目やあごの疲れも改善する正規継承サロングランモアのスゴ技を体感して。

1 クレンジングでしっかり汚れを落とし、肌を清潔にして調子を整える。

2 ほうれい線の原因になる脂肪や老廃物に働きかけ。座って行うから血流やリンパの流れが3倍アップするそう。

3 圧を加え、潰した脂肪や老廃物をリンパに流して排出。脂肪や老廃物が溜まっている人ほど「イタ気持ちいい」の声。引き上がった目元や口元、一回り小さくなった輪郭に驚き。

4 筋肉まで刺激して肌の内側から活性化。透明感とハリが蘇り、肌質も変わる感じ！

5 オリジナルの化粧品で、十分に保湿して小顔美人の完成。肌の若返りを体感！

[梅田・京都] **Gran More** 〈グランモア〉 営／11時～20時 http://www.granmore.co.jp グランモア で検索

梅田店
0120-068-345
大阪市北区茶屋町1-27
ABC-MART梅田ビル7F
JR「大阪」駅より徒歩6分、
阪急「梅田」駅より徒歩1分

エッセンスプラス京都店
0120-936-371
京都市下京区四条通堺町
西入立売中之町92
Aoki Bldg 6F
阪急京都線「烏丸」駅、
地下鉄烏丸線「四条」駅の
15番出口から徒歩5分

田中宥久子 考案
『造顔マッサージ®』の
結果はこちらを
チェック!

特典
「シティライフを見た」で
造顔マッサージ®体験 初回限定 60分コース
…9,720円→**4,860円**(シティライフ限定価格)
※造顔マッサージ®とはオールハンドで行う「小顔トリートメント」のことです。(商標登録取得済)
※カード支払可
(要予約・新規の方のみ・5月末まで)

旬の食材を食べよう

和風ポテトサラダ

Lohas Cafe Recipe vol.11

主材料 春キャベツ

4人前

- □じゃがいも……200g
- □春キャベツ……120g
- □ちくわ……30g
- □だし醤油……大さじ1/2
- □かつおぶし……4g
- □マヨネーズ……大さじ3

じゃがいも、春キャベツはひと口大に、ちくわは輪切りにカット。

01 じゃがいもはゆでてつぶし、キャベツはボイルしてしんなりしたらギュッとしぼり、水気を切る。

02 ボウルにすべての材料を入れ、混ぜ合わせれば完成！

完成

LOHAS café 〈ロハスカフェ〉
摂津市千里丘1-13-23
JR千里丘駅 徒歩5分
営／モーニング8時半～、ランチ11時半～、営業は16時まで 日祝定休
06-6155-6830

CL Point

山田第2小 文 / BOOK OFF / スーパーマルヤス / 中央病院 / セブンイレブン / 産業道路 / JR千里丘 / 阪急オアシス / 至京都

レシピ作ったよ レポート募集
LOHAS cafeのLINE@を友だち登録していただき、トークでお写真と作ってみた感想をお寄せください！
▲友だち登録はこちらから

「絶対効果を感じたい」という方へ 痛みも剥離もナシ、漢方ピーリング

古民家をリノベーションした癒し空間で「山田さんに頼れば大丈夫」と多くの女性から人気のサロン。オーナー山田さんはエステ歴25年以上の腕前！今回オススメする「漢方ハーブピーリング」は伝統医学で使われている天然成分であり、どんな肌質でも使える漢方ハーブ。特許取得の技術により成分を細かくし皮膚へ浸透させることに成功、痛くない。過去にハーブピーリングをして痛かったという人にもおすすめ。「韓国女優の肌みたいに綺麗になっている！」とは70代の方の声。またより即効性を感じたい方には最高峰のハーブピーリング「fc-Pro1」※を。

※fc-Pro1はダウンタイムあり、実際は2日から5日目で剥離が無くなり6日から7日で美肌に向かう、肌質によってはできない場合もあり。

こんな うやむや撃退

- 素肌に悩みがありまくる…

スッキリ

「漢方ハーブピーリング」

「シミ・シワ・タルミ・にきび・敏感肌・毛穴の開き」などあらゆる肌悩みに、どんな肌質の方でもOKの肌に優しいピーリング。FDA認可取得、漢方(スギナ葉・ブクリョウ・カイコ・ドクダミ・ハンゲショウ葉・根エキス・イオウ)、特許取得(成分を細かくし皮膚へ浸透させることに成功)

施術中の気持ちよさで思わずウトウト…!漢方ハーブピーリングは痛み・剥離ナシ、施術後すぐに化粧OK!気楽にできるピーリングとしてオススメ。

[吹田]
私のサロン
吹田市山田西4-16-5
営／10時～19時(要予約)
日・祝定休 5/3～5/6休
06-6875-1577

中国自道 / 大阪モノレール / 山田 / Dew阪急山田 / いかりスーパー / 阪急千里線 / 千里高校 / 山田市民体育館 / キリン堂

Menu
- 漢方ハーブピーリング……初回 **10,000円**
- fc-Pro1……初回 **30,000円**

特典
「シティライフを見た」で**最新ビタミンC導入体ローション(APPS)1,200円プレゼント**(5月末まで)全て税抜き表記

コープこうべだより

暮らし上手な皆さんにはおなじみのコープこうべ。上質で新鮮な商品はどのように提供されているのか。さまざまな工夫を凝らして働くコープこうべのスタッフさんに焦点を当てて紹介します。

コープ桜塚

豊中市南桜塚2-1-10 06-6854-6111
営／9時～20時50分 無休(元日を除く)

地域とのつながりを大切に

コープ桜塚店
店長
三好 洋子さん

赴任してから地域との連携に力を注いでいます。昨年11月に改装から10周年を迎え、地域の方々の協力を仰ぎながら2週間に渡るイベントを企画しました。5月にも親子パン教室や鉄棒教室などのこども向けイベントを開催する予定で、買い物だけではなく、地域のコミュニティとして盛り上げていければと思っています。

10周年記念イベントの「こども店長体験」ではバックヤードをご紹介

組合員目線で気づいた事は、頼れる部門担当者に改善してもらっています

2月に導入したセルフレジでお会計がとてもスムーズに!

コープミニルミナス箕面

箕面市如意谷4-6-19 072-724-8761
営／9時～22時 無休(1/1～3を除く)

毎日の買い物を支えるまちの拠点に

コープ
ミニルミナス箕面店
マネージャー
小島 澄子さん

当店はマンション内に店舗を構えています。近隣の方が主に利用される小さな店舗ですが、ここで十分な買い物ができるよう様々な商品を取り揃えています。また、買い物のサポートやコミュニケーションも欠かせません。暮らしの拠点として活用してもらえれば嬉しいですね。

商品についてや日々の話などコミュニケーションも積極的に。

買い物がしたくなるキレイな店舗づくりは欠かせません。

大阪府内の店舗一覧

シティライフも設置中!!

〈豊 中〉
- コープ東豊中 豊中市東豊中町4-3-13
- コープ蛍池 豊中市蛍池中町3-2-1
- コープ桜塚 豊中市南桜塚2-1-10
- コープミニ桜の町 豊中市桜の町2-1-6
- コープミニ泉丘 豊中市東泉丘2-14-20
- コープミニ城山 豊中市城山町2-5-12
- コープミニ西緑丘 豊中市西緑丘1-1-38

〈箕面市〉
- コープ箕面 箕面市桜ヶ丘5-6-6
- コープ箕面中央 箕面市坊島1-1-15
- コープミニルミナス箕面 箕面市如意谷4-6-19

〈池田市〉
- コープミニ伏尾台 池田市伏尾台3-4-1
- コープミニ井口堂 池田市井口堂2-7-18
- コープミニ上池田 池田市上池田2-4-6-101

〈吹田市〉
- コープ吹田 吹田市五月が丘西1-1
- コープミニ山田 吹田市山田東4-17-12-101

〈茨木市〉
- コープ茨木藤の里 茨木市藤の里1-10-2
- コープ茨木白川 茨木市白川2-2-10

〈高槻市〉
- コープミニ氷室 高槻市氷室町4-2-5

〈豊能町〉
- コープ新光風台 豊能郡豊能町新光風台2-18-5

〈島本町〉
- コープ島本 三島郡島本町青葉1-2-10

コープこうべ くらしの情報センター
0120-44-3100(無料・年中無休)
火～金：8時半～19時半 土～月：8時半～18時
※12/31～1/3は8時半～18時

\ Hair Care /

大人の髪悩み このメニューで解決

髪やせ、パサつき、ボリュームダウンなど悩みが多く、
スタイルが決まらないのが仕方ないと諦めていませんか？
しっかりとした技術やケアメニューで髪悩みを解決しませんか。

\ Care Menu /

生え際のボリューム、白髪の悩みは Uni hairのカットとカラーで変える！

骨格に合わせて段を入れるカットでトップがボリュームアップする。白髪染めは色味が豊富でツヤが出て若々しく変身！

「大満足」のクチコミ多数 納得の仕上がりに感激

Uni hairはトップや前髪、サイドのカットは特に念入りに行うので大満足の仕上がりに。カラーやトリートメントは豊富な種類から髪質に合うものを選ぶので、後々にまでキレイが持続。歴15年のオーナーが最初から最後まで担当してくれるので信頼できるヘアサロン。

1. 印象が良くなるショートスタイルが大好評。
2. 子連れOK、3席のみのプライベートサロン。カラーの合間のコーヒーサービスも嬉しい。

Uni hair〈ユニ ヘアー〉
茨木市稲葉町11-8
ローズビルウチダ1F
営／10時～20時
（土日祝は19時まで）
月曜、第3火曜
072-657-8333
※施術中は電話に出られない場合があります。

特典 「シティライフを見た」で
- カット ……… 4,320円→**3,240円**
- カット+カラー（白髪染め同料金） 10,800円～→**7,560円**
- カット+3種から選べるこだわりカラー11,880円→**8,640円**
（イルミナカラーorアディクシーカラーorオーガニックカラー）
- 次回来店1ヵ月以内なら ……… カラー**1,000円OFF**
さらに、1ヵ月半使える洗い流さない**トリートメントプレゼント**
※おひとり1本まで。お会計時にお渡し。
（新規予約の方のみ・8月末まで）※料金は長さ一律

\ Care Menu /

スタイル提案とカットの微調整で 短所を長所に変える

生えグセやうねりは、細かい部分を丁寧にカットして活かしてくれる。悩みを魅力に変えてくれるので諦めずに相談を。

似合うスタイルを見つけてくれる 頼もしいスタイリストが揃う

頭の形や輪郭を見極めて一番似合う長さで形を作る。髪が伸びてもキレイなフォルムが崩れにくくスタイルの持ちがいいとの声も。髪がハネやすい人はクセを活かしたり、内巻きになるようカットするなど、似合わせを叶えながら悩みを解決!日ごろのケア方法も聞いてみて。

1. この髪型にしてほしいというオーダーも多い。
2. 2Fにテレビやおもちゃがあるキッズルーム完備。

g hair 摂津富田店
〈グラム ヘア〉
高槻市大畑町3-5
営／平日9時半～19時
土日9時～18時
月・第2、3火曜定休　予約優先
072-693-7717

◀予約はコチラから空メールを送信

Menu
- カット ……… 3,780円
- カラー ……… 4,320円～
- カット+パーマー ……… 8,640円～
- ヘッドスパ（シャンプー別） …… 1,080円～

※メニューによってロング料金あり

特典 「シティライフを見た」と新規予約で
全てのメニュー**30%OFF**
※オプションメニュー除く（5月末まで）

1. しっかり染めたい人から、明るめを楽しみたい人まで対応できるカラー剤を用意。
2. イオン茨木から徒歩すぐ。2階の明るく落ち着いた店内。

\ Care Menu /

純度100%ヘナで髪がハリコシUP！

毛が細くなった人もヘナでハリとコシが出て髪が元気になったと実感。薬品が入っていない純度100%ヘナは肌トラブルがあった人も安心できる。抜け毛予防にもオススメ。

カラー種類が豊富で 自分に合う白髪染めができる

「白髪染めって赤茶色になるでしょ？」そんなイメージを払拭するオーガニックカラーはアッシュ系など今までにない明るい色も可能なのでおしゃれ染め感覚でできる。同店はカラーやパーマ施術には髪を守る「栄養補給トリートメント」をプラスし、ダメージヘアも手触りのよい艶髪に改善。

HAIR furicake〈ヘアー フリカケ〉
茨木市下穂積1-3-1-1
清水ビル2階
営／9時～19時
月曜・第2日曜定休
072-621-6671
http://www.furicake.com/
furicake で検索

Menu
- シャンプー+カット ……… 3,900円
- オーガニックカラー（SC込）… 8,300円
- オーガニックパーマ（SC込）… 8,800円
- 純度100%ヘナ（SC込）… 9,000円～
純度100%ヘナ2回染め … 11,000円～

特典 「シティライフを見た」と予約で
- **全メニュー300円引き**さらに、**シャンプー・リンスのミニボトルプレゼント**（新規の方のみ、6月末まで）

今月の New Open! HAIR SALON CityLifeが調査!!

3/16グランドオープンの ULULABO HAIR SALONを取材しました。気になるエイジングメニューや定額コースについてレポートします。

お待ちしてます！

スタッフの皆さん

30代後半～に艶を甦らせるエイジングメニュー

なかでもオススメは「うるツヤコース」、府内でも1%のサロンしか扱えない希少なトリートメントを使用。マッサージでリフトアップ、このトリートメントを使えばツヤ感もコシも段違いにアップ、まとまりやすくなるという。

トップのボリューム、アレンジのしやすさ考え抜かれたカット

「1人ひとりに合わせたまとまりやすい髪の長さやスタイルがあるので、カウンセリングのもと最適なスタイルを提案しています」とオーナーの鱒さん。スタッフ皆が優しく落ち着いた雰囲気なのも相談しやすく安心。

こだわりPOINT❶
お得で効果バツグン
定額制うるツヤコース
オープン記念として、「頭皮マッサージ+うるツヤコース」の定額制が登場！やった人からは「朝の手入れがラク！」「パサついていた髪が潤いアップ、艶アップでめちゃ嬉しい」と評判。髪悩みが出てきた女性にオススメ。

こだわりPOINT❷
スタッフの力の具合がバツグン
夢見心地に誘ってくれる頭皮マッサージ。血行を促し、疲労回復、リフトアップ、頭皮環境改善といいこと尽くし！

Menu
- カット…5,400円（S込）
- カット+カラー…10,800円～

Open特典
「シティライフを見た」で、
- 頭皮マッサージ+うるツヤトリートメント 8,640円→**7,560円**
<定額制・1ヵ月通い放題>
- 頭皮マッサージ+うるツヤトリートメント 17,280円→**16,200円**
（5月末まで）

茨木 **ULULABO HAIR SALON 潤うる研究所**
〈ウルラボヘアサロン〉
茨木市別院町7-10ペスカード別院101
営／10時～18時半（受付）
日曜13時最終受付　木曜21時最終受付
毎週月曜、第2・3火曜定休　Pあり
072-697-9795 ※要予約

阪急茨木市駅徒歩40秒

シネマ情報

CityLifeシネマ担当（デコジュン&nanako）が選んだおすすめ作品と、近隣劇場の上映スケジュールをお届け。

初恋～お父さん、チビがいなくなりました
推薦者：デコジュン
5/10（金）公開　梅田ブルク7 他全国ロードショー

©2019西炯子・小学館／「お父さん、チビがいなくなりました」製作委員会

監督：小林聖太郎
出演：倍賞千恵子、藤竜也、市川実日子、星由里子、佐藤流司

結婚して50年、三人の子どもは巣立ち、亭主関白な夫と猫一匹と暮らす有喜子。夫の世話を焼きながらも長年ある想いと寂しさを抱えている。人生を共に歩んできた夫婦が、猫の失踪を機に初めて明かす「真実」。互いに向き合う夫婦に起こる、猫がくれた優しい奇跡の物語。

12か月の未来図
推薦者：nanako
5/3（金祝）公開　テアトル梅田ほか

©ATELIER DE PRODUCTION - SOMBRERO FILMS -FRANCE 3 CINEMA - 2017

監督・脚本：オリヴィエ・アヤシュ=ヴィダル
出演：ドゥニ・ポダリデス、レア・ドリュッケール

移民の子どもたちの教育機会の不平等などの難題に直面しているフランス。エリート校から郊外の教育底辺校に赴任した教師のフランソワは、両者の違いに戸惑うが、学ぶことの大切さ楽しさを伝え、自信を取り戻させようとする。ニュートラルな視点でユーモアたっぷりに、ともに変化した1年を描く。

※PG12・・・小学生には助言・指導が必要となっております。　※R15+・・・15歳以上の方がご覧になれます。　※R18+・・・18歳以上の方がご覧になれます。

イオンシネマ茨木
https://cinema.aeoncinema.com/wm/ibaraki/
［ 茨木市松ケ本町8-30-2　イオンモール茨木4F　上映時間案内 072-621-0807 ］

<今後の上映予定作品>
- バースデー・ワンダーランド（4/26～）
- アベンジャーズ／エンドゲーム（4/26～）
- 名探偵ピカチュウ（5/3～）
- 賭ケグルイ（5/3～）
- 初恋～お父さん、チビがいなくなりました（5/10～）
- ばあばは、だいじょうぶ（5/10～）
- ラ・ヨローナ ～泣く女～（5/10～）
- アメリカン・アニマルズ（5/17～）
- うちの執事が言うことには（5/17～）
- コンフィデンスマンJP（5/17～）
- 居眠り磐音（5/17～）
- 貞子（5/24～）
- 空母いぶき（5/24～）
- プロメア（5/24～）
- 小さな恋のうた（5/24～）
- ゴジラ キング・オブ・モンスターズ（5/31～）
- パラレルワールド・ラブストーリー（5/31～）
- さよならくちびる（5/31～）
- 長いお別れ（5/31～）

イオンシネマ茨木 鑑賞券をプレゼント ペア5組

■応募方法
●はがきの場合：〒、住所、氏名、年齢、職業、性別、電話番号を記入し、
〒566-0001　大阪府摂津市千里丘1-13-23
CityLifeシネマ『イオンシネマ茨木鑑賞招待券プレゼント係』まで
●WEBからの場合：http://present.citylife-new.com/
●締切：5月20日（はがきは必着）　※個人情報は弊社にて厳重に管理し、鑑賞券発送以外には使用いたしません。※当選結果は発送をもって代えさせて頂きます。

正 パ 生活支援員、理学療法士、作業療法士

在職スタッフが太鼓判をおす働きやすさ 雰囲気の良さが伝わる 見学会・相談会開催

茨木療護園では20代から80代の身体知的障がいを持つ利用者が100名入所しており、一人ひとりの状況を見ながら、生活習慣に応じた生活ができるように支援しています。日中活動や行事が多いので、利用者さんだけでなくスタッフも楽しく過ごしています。幅広い年代の職員が活躍していてとても明るい職場です。ぜひ見学に来てください。

在職スタッフにインタビュー

「無資格で未経験だったので不安はありましたが、初めて見学したときに利用者の皆さんが挨拶をしてくれた雰囲気の良さを今でも覚えています。前職の経験で人と会話をすることが自分の強みでもあり、今後は利用者さんの希望を叶えてあげられることを実現出来るようにしていきたいです。」

生活支援員 **蛭子 龍次**さん
●勤務歴：5年 ●前職：接客業

社会福祉法人 友愛会 障がい者支援施設 茨木療護園
茨木市大字安元27番地
072-649-3284

新名神 茨木千提寺IC / 114 / 阿武山 / 東福井3 / 名神高速 / 豊川 / 中河原 / 171 / 万博公園 / 茨木IC / 総持寺

【見学会・相談会開催】
参加無料　駐車場有　送迎有
- 日中活動見学会：5/8（水）、5/22（水）各日14時～15時
- 通常見学&就活相談会：5/2（木休）、5/3（金祝）、5/4（土祝）、5/11（土）、5/12（日）、5/25（土）、5/26（日）
  ※時間はご相談ください。

《送迎》
モノレール「彩都西」駅、阪急バス「団地入口」まで送迎可
《申込》
「見学会申込希望」とお電話を。
週末見学希望の方はご相談ください。（担当：水村）

求人概要
【給 与】
生活支援員（常勤：月給211,940円～、非常勤：時給950円～）
※資格、経験考慮します。
理学療法士、作業療法士（要資格、常勤）220,220円～、
洗濯作業員（時給950円、週3日ほど）
【待 遇】
マイカー通勤OK、送迎可／各種手当、各種保険あり
【休 み】
月8日＋夏季・冬季各4日・有給有、リフレッシュ休暇
（2年目から。3日連続、最長6連休）
お誕生日休暇1日（2年目から）

くもんの先生になりませんか？

くもんの先生がはじめやすくなりました！

あんしんサポート制度
- 2年間一定の援助金を支給
- 2年間 会場費を援助
- 2年間 生徒募集の費用を援助
- 開設時の教室備品の費用を援助

応募要項 》 55歳迄の女性の参加をお待ちしております。

仕事内容 》
- 教室は週2回（午後の5時間程度）
- 教科は算数・数学、英語、国語
- 収入は生徒数により異なります。

説明会のご案内
※すべてお子さま連れ可、3日前まで要予約

地区	日程	時間	会場
摂津	5/13（月）	10:00～12:00	フォルテ摂津3階 303
高槻	5/14（火）	10:00～12:00	公文式 高槻天神教室
梅田	5/15（水）	10:00～12:00	阪急グランドビル 26階11号室
	5/17（金）	10:00～12:00	グランフロント大阪北館タワーB10階 ナレッジキャピタルカンファレンスルームタワーB RoomB03
豊中	5/18（土）	10:00～12:00	千里朝日阪急ビル 14階
新大阪	5/30（木）	10:00～12:00	公文教育会館

※上記以外にも多数開催しております。詳細はWebサイトをご確認ください。説明会当日は、面接・採用テストは実施いたしません。KUMONのことを知り、疑問・不安を解消していただく場ですので、お気軽にご参加ください。

説明会のお申し込み・資料請求・お問い合わせは Webサイトもしくはフリーダイヤルより
0120-834-414 受付／9:30～17:30（土・日・祝除く）
公文教育研究会 大阪北事務局
〒532-8511 大阪市淀川区西中島5-6-6 公文教育会館2F
くもんの先生 検索
KUMON

『住みなれた街で働きたい』そんなアナタを待ってます！ お仕事情報

パ ア キッチン・ホールスタッフ（未経験者歓迎）

JR茨木駅 徒歩5分

月に数回夕方勤務できる方募集

給 1,200円～ 時 17時～22時、1日4.5h～OK、月7～12回勤務 待 交通費規定支給、制服貸与、自転車通勤OK、有給休暇あり 資 年齢不問、主婦(夫)、学生さん大歓迎 休 土・日・祝相談OK（土・日・祝入れる方も大歓迎）、その他年末年始・GW・お盆などの大型連休も休みOK 応 まずはお気軽にTEL下さい。

エームサービスジャパン株式会社
茨木市岩倉町2-150 立命館大阪いばらきキャンパス内
072-657-7587／採用担当まで

TAKE FREE LIFE PLUS

Homebuilding Magazine by CityLife

「家を建てたい」「リフォームしたい」方に役立つ住まいづくり情報が満載！

巻頭特集
「好きこそStyle」

and more…
- ■ショールーム＆モデルハウス インテリアショップ情報
- ■The Study「ウィンドートリートメント」
- ■誌上リフォーム
- ■住まいづくりに役立つヒント「消費税率10%への引き上げ後の住宅購入等の支援策」

LIFE PLUSを毎号、ご自宅へ定期発送いたします！

ご希望の方は右記からお申し込みください。
※定期発送は1年ごとの更新となります。

「LIFE PLUS（ライフプラス）」はスーパー、ショッピングセンターなどのシティライフ設置店約500店舗で手に入ります。

↑LIFE PLUS設置店マップはこちら

編集後記

今月号からFM COCOLOとのコラボ企画がスタートしました。阪神・淡路大震災をきっかけに外国人への情報提供メディアとしてスタートした同局。FM802が運営する現在も一部外国人に向けた番組があります。ちなみに802は若年層、COCOLOは中年層をターゲットとし、本紙でも懐かしの名曲がチョイスされています。（P.36 コサオ）

猛威を振るった花粉のピークも落ち着き始め、お出かけするのにいい気候となってきましたね！今月は公園特集（P.6～P.7）があります。高槻のNewスポット、安満遺跡公園も載ってますのでぜひ次回のお出かけ候補に入れてみてはいかがでしょうか？（わっちゃん）

「CityLifeNEWS」のインタビュー（P.37参照）で、高槻出身のヴァイオリニスト・NAOTOさんを取材。地元グルメやカレー話で盛り上がり、気さくなNAOTOさんのおかげで楽しい取材となりました。パワフルなライブでの姿とまた違う一面を垣間見れた貴重な機会でした。5/4「高槻ジャズストリート」に登場されます！（きの）

今年のゴールデンウィークは10連休。できれば平成が終わるまでに、家の中にある不要なものを断捨離しようと目論んでいます。それと同時にどう収納するかも悩みどころなのですが、よくよく考えてみると、おそらくモノが減って収納する必要のない可能性が…。（ミニマリストか、終活か。まっつー）

子育て、家事動線、インテリア…今の住まいは100点ですか？

広い家で子育てしたい

家計の3大支出である教育費、住居費、老後資金…。
この中で、タイミングや金額を自分でコントロールしやすいのが住居費。
いつか家を買うことを考えているのならば、理想の住宅購入を実現するために、
早めの準備をしておくことが大切です。
消費税増税の負担感、そもそも月々いくらで家が買えるのか、
本当に必要なデザインや性能は何なのか。
いざ買いたいタイミング、理想の物件や土地が見つかった
タイミングで条件が固まっているとベターです。

消費税増税の影響は？

いつ、いくらで買う？ 知っておきたい住まいの知識 3

住宅購入の検討タイミングは30代前後が多い
■住宅購入検討者の年齢と割合

※スーモカウンター注文住宅の利用年齢（2017年9月～2018年8月）

金利が1%上昇すると月々の返済額は約2万円UP
■金利差で見る月々の返済額

借入額		金利		毎月返済額
4000万円	×	1.5%	=	約12.2万円
4000万円	×	0.5%	=	約10.4万円

約2万円の差

※4000万円の借入、35年返済、全期間固定型、ボーナス返済なし、元利均等払いの場合

月々の支払額2万円の差で借入可能額は約650万円変わる
■購入予算額の目安

毎月返済額	借入可能額
8万円	2612万円
10万円	3266万円
12万円	3919万円
14万円	4572万円

約650万円の差

※35年返済、全期間固定型、金利1.5%、元利均等方式、ボーナス返済なし、頭金を除く場合の試算

今の家賃並みでどんな家が買える？

スーモの無料講座で聞いてみよう 無料

- お金、ダンドリ、土地探し **はじめての注文住宅講座**
- どう探す？どう見分ける？？ **ハウスメーカー・工務店選び方講座**
- 1000万円台で家が建つ!? **注文住宅価格まるわかり講座**
- 住宅購入の不安やお悩みを解決！ **個別相談会**

開催日時 4/22（月）～5/12（日）
①10:30 ②13:30 ③15:30（各回90分）
※当日予約もOK、予約優先。所要時間は店舗によって前後する場合があります
※開催日時は店舗によって異なります　※上記以外の日時での受付も可能

店舗情報
- **イオンモール茨木店** 茨木市松ケ本町8-30 イオンモール茨木 2階
- **梅田店** 大阪市北区角田町8-1 梅田阪急ビル オフィスタワー 30階
- **グランフロント大阪店** 大阪市北区大深町4-20 グランフロント大阪ショップ＆レストラン 南館6階 紀伊國屋書店内

全国144店舗
※2019年3月末時点
※各店舗とも臨時休業する場合があります。営業時間、定休日、アクセス、駐車場などは、電話またはホームページでご確認ください

お問い合わせ
電話で「シティライフを見た」と伝えるとスムーズです
今すぐ申し込み・問い合わせを
フリーコール 0800-817-4832
受付時間 9:00～21:00 無休、携帯電話からも通話無料
※つながらない場合は、0120-300-829におかけ直しください

RECRUIT SUUMO スーモカウンター
スーモカウンター 検索

スクール

一度受けたらあなたも虜に 新感覚の気持ち良さを是非

フーレセラピーは足を使って全身をほぐす、新感覚のマッサージ。手の3～4倍の力が足の広い面から伝わるので、優しく身体の芯までほぐされて短時間で全身スッキリ!

夏に向けて身体を引き締めたい人も必見!代謝がアップして慢性的な腰痛や肩こりもその場で改善する、身体に嬉しい事がいっぱいのこの技術。「本当に足!?」と思わず振り返りたくなる気持ち良さ。まずはお試しを!今までのマッサージの概念を覆す心地良さであなたもきっと「フーレ」の虜になること間違いなし。

(上)踏まれているとは思えない、優しいタッチの心地良さで眠ってしまう人も多数。

(左)ふくらはぎマイナス1～2センチも夢じゃない!効果がすぐに感じられる驚きのマッサージをぜひ!

資料請求・予約・問合せはコチラ!

フーレセラピー無料体験会
【日程】5/16(木)・17(金)・18(土)、6/20(木)・6/21(金)・22(土)・23(日)
【時間】10時～、13時～、16時～、19時～(各2時間)
※完全予約・定員制(先着順)
※スクールはいつでも入校可

フーレセラピーアカデミー 大阪校

大阪市北区芝田1-4-8
北阪急ビル2F
電話受付／9時～18時
0120-3229-20
フーレ で検索

思い立ったら
習い事をはじめよう
〈 習い事・スクール特集 〉

興味の幅が広がるカルチャースクール・習い事を紹介します。

レッスンが楽しくて、すぐに上達 まずは30分無料体験レッスンへ

ボーカル教室

歌を習ったことがない初心者の方から、本気でプロを目指す方まで、幅広い層の生徒さんが通うUSボーカル教室。気さくな先生達が、親切丁寧に教えてくれるので楽しみながらどんどん上達すると好評。気になった方は30分の無料体験レッスンから始めよう。

MENU
- グループレッスン(2～3名) 月謝:8,640円(4回)
- 個人レッスン(1名) 月謝:10,800円(2回)

30分の無料体験を実施中。申込・詳細は右記QRより

特　典
「シティライフを見た」で
- 初月謝**3,000円引き**

左記コース料金より割引(5月31日まで)
お気軽にお問い合わせを

USボーカル教室 高槻校
〈ユーエスボーカルキョウシツ〉
高槻市高槻町20-13
井上ビル3F
受／10時～20時
0120-1692-88
USボーカル 高槻 で検索
▲お申込みはコチラ
北おおさか信用金庫
三井住友BK
センター街
阪急高槻市駅
※ママフル3F

伝言板

掲載お申込みの締切 毎月10日

教えます

■琴・三弦教室 菊志乃 史
☎072・624・4060 JR茨木駅東200m

■中国語・韓国語 会話
入門～上級 グループも個人も
阪急茨木市駅 ☎072・622・8322

■尺八・琴・三弦教室・西田・菊富沙
曜日・時間相談可☎072・696・6750

■山村きもの着付教室 茶道教室
ブログ"綸子の会"ご覧ください
茨木市役所歩5分072・626・8443

■電動ろくろ体験2500円 陶芸教室
出張します072・699・0135味舌工房

■書道 茨木市中穂積・JR総持寺近
JR高槻駅近 072・624・8247岩滝

■自信つくまで腹式発声・歌唱指導
出張・個人指導 石井072・623・6568

■土日曜書道教室月2回親子も可
個人での指導ご希望の方他曜日も可能 紫明園☎072-621-5106 冨山

■箏・三絃教室 淀の会 長野雅子
090・3996・9514 JR千里丘駅
http://www.yodonokai.com

売ります・買います

■レコードCD出張買取致します
☎06・4862・4684スノーレコード
http://www.snowrecords.jp

結　婚

■結婚情報+お見合い+パーティ
で、"幸せの創造"を。会費入会金不要
茨木ブライダル072・636・8122

申込方法
「内容・氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。1行15文字(初行のみ14字。英数字は2文字で1字扱。)2,700円「教えます」のみ1,620円。新規の場合は振込確認後の掲載となります。お申込みを頂いた際に郵便局の振込先をお知らせしますのでお手続き下さい。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ・伝言板係
FAX 06・6368・3505
Eメール dengon@citylife-new.com
問合せ／06・6338・0640

地域サークル

サークル・クラブ・ボランティアなど、北摂で仲間と共に活動しているみなさんをご紹介します。

ボランティアチームさくらこまち(茨木市)

スタート／2015年 活動／不定期 問／090-8195-2122(桜井)
https://ameblo.jp/es1810/

「女性の力になりたい」と心理カウンセラーや薬膳アドバイザーなどの資格を取り、「薬に頼らない体と心作り」を伝える「美心塾」サークルを運営する桜井さんが、仲間と始めたボランティア。高齢者施設や障がい者施設を訪れて、メイクや漢方のマッサージ推拿を元にしたヒーリングハンドを施している。「相手に喜ばれることで自分の存在価値をみいだし、楽しめる仲間を増やしたいですね」と、ゆくゆくは介護施設のスタッフのケアもしていきたいという夢もあるそう。美心塾も5月から薬膳茶とお菓子を頂きながら漢方情報や心理学のワークを使った漢方こころカフェにパワーアップ予定だそう。

メンバーは現在6名。メンバーが「べっぴんさんですよ!」と声をかけながらメイクをすることで、80代・90代の参加者の表情がみるみる明るくなる!

City Life

みんなの小さなエコを大きなコエに

キッズ向けワークショップやコンテンツも盛りだくさん！

HANDMADE CRAFT

ハンドメイド・クラフト作品が大集合！

ロハスフェスタ® 南港

2019 Summer

8.10.11.12 sat sun mon

10:00～17:00(最終日のみ16:00)
※入場証販売は終了時間の30分前
インテックス大阪1・2号館

※イベント内容は予告なく変更になる場合がございます。

8.10 sat. 11 sun. 12 mon. 開催決定!!

ハンドメイド・クラフト作品が大集合！ キッズワークショップも多数参加！

今年も南港にロハスフェスタがやってきます！今年は昨年よりもスケールアップして開催。環境と人にやさしく、そしてこだわりを持って心豊かに暮らすLOHASな生活スタイルをぜひお楽しみください。

場　所　インテックス大阪1・2号館
[大阪市住之江区南港北1-5-102]

会　費（入場証）　当日券：900円　前売券：700円　［小学生以下無料］　※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料。

主　催　ロハスフェスタ実行委員会
問合せ　ロハスフェスタ事務局(シティライフNEW内)

〒566-0001 大阪府摂津市千里丘 1-13-23
Tel.06-6338-0641 Fax.06-6368-3505

出展者募集中！
～5/13(月)12:00まで
詳細は公式WEBにてご確認ください

ロハスフェスタ　検索　LOHASFESTA　LOHAS_FESTA　ロハスフェスタ

SDGsが達成された社会を目指すために、ロハスフェスタでは、さまざまな取り組みを行っています。 SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

COOL CHOICE　「移動」を「エコ」に。smart move　公共交通機関をご利用ください　開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の入出庫に数時間かかる場合があります。

	25日(土)	26日(日)
10時	05 20 35 50	00 30
11時	00 20 45	00 20
12時	20 50	00 40
13時	15 30 45	00 30
14時	00 30	00 30

店舗	住所	電話
高槻店	高槻市大蔵司3-14-4	072-698-4130
茨木店	茨木市元町8-1	072-665-4567
千里店	豊中市新千里南町2-6-12	06-6872-8739
蛍池店	豊中市蛍池中町2-4-17	06-6843-0589
桜の町店	豊中市桜の町3-5-8	06-6151-2224
山下店	川西市見野2-24-11	072-795-1552
石橋店	池田市豊島北2-4-6	072-761-7777

昭和48年、5代目店主である文雄さんの父親が作り始めてから、継ぎ足し続ける出汁のおでんは北野商店の名物。あっさりとしたやさしい味わいで愛され、テイクアウトもできる。時間帯によって訪れる客層が異なり、日中は仕事を引退した人や夜勤明けの人、夜は仕事帰りの人が多い。最近では女性の一人客も訪れるそうで、「時代が変わってきましたね」と、店主はしみじみ。

そこに〝ものがたり〟がありました

北摂のマチカド

第1回 北野商店（茨木市）

何年も前から佇み、不思議と人々が集まるあの店にはどんなストーリーがあるのか。編集部が体感しお届けします。第1回目は茨木市の「北野商店」さん。そこには長い歴史のなかで、個性豊かな常連客たちとの交流や店主と女将さんのアツいおもてなしがありました。

取材・文／吉見梨恵

ＪＲ茨木駅から線路沿いにアーケードを歩くと「立呑処」の看板が見えてくる。酒店が営む朝から開いている立呑み店だ。昼の13時、扉を開けるとすでに先客がカウンターに数人。常連客がコップ酒や缶ビールを片手につまみやおでんを食べている。客が自分で冷蔵庫から酒缶を取り出したり、酒をレンジで温めたり、セルフで楽しむその自由さに驚く。常連客はこの店について「落ち着く」と口を揃える。

大正11年から続く立呑処 酒とおでんと人間模様

初代店主・北野重助さんが茨木市福井村で酒米の販売をはじめ、大正11年（1922）、4代目・北野重次郎さんが現在の場所で酒の小売りと立呑みの店を出したのが、ここ「北野商店」のはじまりだ。現在は、6代目店主・北野文雄さんと奥様の女将が店に立つ。

女将に話を聞くと、「おじいちゃん（文雄さんの父親）の話では茨カンさん（茨木カンツリー倶楽部）の創業時（大正12年創業）からうちはお付き合いさせてもらってたみたい。茨カンさんの料理人さんがうちで醤油とか調味料、お酒を買って運んでたんだけど、『北野さん持って来てもらわれへんやろか』とお願いされて、茨カンさんまで持って行ってたみたい。当時は自動車じゃなくて、荷車にビールやら積んで引っ張るのよ。辯天さんの坂、あそこすごいでしょ。自分の力だけでは引っ張られへんから、主人のお父さんが子どもの力で荷車を押して手伝ってたと聞いています」と話す。「歴史やね」。常連客も思わず頷く。続けて「うちの店、長い人で60年通ってる。主人がランドセルを背負っている時から知ってる人が一番長いです。昭和2年生まれの92歳になる人がうちのお客さんの最高齢！さっきパチンコ行ってくるわ言うて帰った人いてはるけど、その人は82歳」と、女将が教えてくれた。「そういう私は38」と、すかさず冗談を挟んでくる常連客は、「ここは良い店。落ち着きますわ。ここで一番怖い人はこの人（女将）や。ママが客の体調を良く見てて『はい、だめ！もう終わり』って（笑）」と、女将との掛け合いを楽しむ。「大体見てきてたらわかるのよ、この人がこれ以上呑んだら酔っぱらっちゃうって。一歩店の外に出て足がふらついてこけたりしたら大変」。長年見てきたからこそわかる常連客の年齢や体調を、店主と女将が気にかけながら様々な人間模様が繰り広げられている。

呑むだけではない 自然と集まる安心の場に

昨年6月の大阪府北部地震発生当日、13時頃店を開けると常連客が集まって来て呑んでいたそうだ。「みんな『どうやった？』ってお客さん同士状況を話してましたね。ガスが止まっていたのでカセットコンロでおでんを出しましてね」と店主が当時を振り返る。さらに9月に大きな爪痕を残した台風21号の時も、シャッターを開けたら外で常連客が待っていたという。「外はバケツやらいろんなものが風で飛ばされているのに、4、5人来はった。店を閉めようと思ってたけど、お客さん来はったら開けないと」。

たとえ災害時の大変な状況でも自然と客はここに集まる。こういったコミュニティがあるからこそ、情報共有の場となり、安心できる場として愛され続けているのだろう。女将が話す。「ここに来るだけでもリハビリになっているんです。家におったらじっと座ってるだけでしょ。ここまで来るのはしんどいと思います」と、高齢の常連客を想う。訪れる人たちは呑むだけが目的ではなく、会話をしたり何気なく過ごせるこの場の存在を大切にしているのだろう。

6代目店主の北野夫妻。

［取材協力］

北野商店

茨木市駅前1-3-8
営／10時～20時　日曜・祝日休み
072-622-2036

北野商店の歴史の長さを感じられる、2代目・北野重太郎さんの名前が書かれた明治38年の歴が飾られている。

約20年通う82歳のいっちゃんは、「週に来ない方が少ないな。もう癖みたいなもんや。自分の家やと思ってる」と話す。自身が作ったというマイカップに酒を入れ、自らレンジで酒をあたためる姿はまさに自分の家のよう。

「客同士が詮索することもなく、気楽に自由な時間を楽しめるのが良いところ」と話してくれたのは、立呑みが好きで高槻や池田にもよく呑みに行くという常連客のYOSHIさん。この日は夜勤明けにふらりと。

箕面公園いいね！プロジェクト〈イベント案内〉

みのおこうえん昆虫館 ゴールデンウィークフェア 4月27日（土）～5月6日（月・祝）

①館内ラリー「巨大昆虫をさがせ！」
受付でラリーシートをもらったら、館内に展示された巨大（きょだい）な昆虫をさがしてね

期間中毎日/対象▶入館者（※中学生以下の子ども）

②ギャラリートーク
昆虫館のスタッフが日がわりで昆虫や蝶についてお話するよ

〈開催日程〉
- 4月27日（土）お話するひと：なかみね館長
- 4月29日（月・祝）お話するひと：なかみね館長
- 5月 1日（水・祝）お話するひと：しみず副館長
- 5月 3日（金・祝）お話するひと：放蝶園 しいくたんとう やまもとさん

時　間▶各日ともに13:30～14:00
場　所▶館内のどこか
参加費▶無料（入館料は必要です）
※申込み不要

③バックヤードツアー（事前の申込みが必要です）
お休み中の虫たちはどんなふうにすごしてる?そして、どんなお世話をしているのかな?ふだんは入ることのできない飼育室（バックヤード）をごあんないします。

〈開催日程〉
- 4月28日（日） ・4月30日（火・休）
- 5月2日（木・休） ・5月4日（土・祝） ・5月6日（月・祝）

時　間▶各日ともに13:30～14:00
定　員▶各日10名（要事前申込・先着順）
対　象▶どなたでも
参加費▶ひとり100円（別途、入館料要）

④サイエンスカフェ（事前の申込みが必要です）
―のぞいてみよう、昆虫の世界―

もし自分が昆虫の新種を発見したらどうする!? 顕微鏡での観察、スケッチなどでまずは形態の把握、そして昆虫の命名にいたるまでのステップを中峰館長と一緒にワークショップ形式でおこなうサイエンスカフェ

〈開催日時〉5月5日（日・祝）13:30～14:00
場　所▶昆虫館研修室
定　員▶10名（要事前申込・先着順）
対　象▶中学生以上～大人
参加費▶ひとり500円（ドリンク、お菓子つき）

※③④のお申込みについて
すでに募集を開始しています。定員に達している場合もありますので、まずは昆虫館ホームページ「ゴールデンウィークフェア」のページでご確認いただくか、下記電話番号までお問合せください。

⑤わいわい広場
アラキ アキヒサ パフォーマンスショー

大阪を中心に各地で活躍するアラキアキヒサさんによる、アッとおどろくジャグリングパフォーマンス

開催日時▶5月4日（土・祝）、5日（日・祝）
時　間▶各日ともに ①11:30～、②13:00～ 20分
会　場▶昆虫館まえ　観覧無料

申込・問合せ ☎072-721-3014（箕面公園管理事務所 9時～17時）

企画展「色あつめ」好評につき5月末まで会期延長！

「箕面の森の音楽会」新緑の森で楽しむ音楽会

出　演▶461モンブラン、中井ゆう、籠谷紗季
日　時▶5月25日（土）12:30～15:30 雨天中止
会　場▶箕面公園内　瀧安寺前広場　観覧無料
共　催▶箕面の森の音楽会実行委員会/メイプルハーツ箕面公園管理事務所

ウォークラリー 滝ノ道ゆずる君の分身と「かくれんぼ大会」

滝道（たきみち）のあちこちにかくれている滝ノ道ゆずる君の分身をさがそう! 全部みつけてゴールしたら抽選会に参加してね。

日　時▶5月25日（土）　雨天時は26日（日）に順延
受付時間（ラリーシート配布時間）10:30～11:15
受付場所（ラリーシート配布場所）阪急箕面駅前ステージ
定　員▶当日先着1000名（申し込み不要）
主　催▶箕面市観光協会

第1回 ナチュラルライフ応援マルシェ Natuma（ナチュマ）開催

5/12（日）9時30分～16時30分

［場所］小林工務店（駐車場内）高槻市辻子3丁目75番7号
雨天順延（5/19予定）　※駐車場はありません。

頑張る子育てママのナチュラルライフを応援するマルシェを開催します。お洒落な雑貨や子ども服、アクセサリーなどママと子どもが楽しめるブースが約30店舗出店!当日は家づくり相談も実施します。ぜひご来場ください。　［お問合せ］0120-21-5884

メモリアルネットワーク 永代供養墓特集

人気のガーデニング墓地　鮮やかな花々に囲まれて、穏やかな眠りの時

北摂最大級の大型公園墓地

箕面・茨木 明治の森霊園
38万円～（税込）

代金に含まれる内容
- 墓地永代使用料 ●永代供養料
- 過去帳記載 ●永代管理料
- 石碑料 ●基本彫刻料 ●消費税

永代供養墓「すみれ」
所在地／茨木市泉原 374-14

開基1300年の平安の時を刻む神峯山寺

高槻市・神峯山寺開成院霊園
65万円～（税込）

一般墓としてご利用の場合 35万円（税込）

代金に含まれる内容
- 墓地永代使用料 ●永代管理料
- 永代供養布施奉納（1名様）
- お位牌奉安 ●石碑料
- 基本彫刻料 ●消費税
- 永代供養1霊位追加 30万円

永代供養墓「古里」
所在地／高槻市大字原 3360-3

紀州徳川家ゆかりの寺院

生前予約受付中
高槻市・一乗寺西墓苑
ガーデニング墓地誕生
詳しくはお問合せ下さい。

永代供養墓「久遠苑」
所在地／高槻市梶原2丁目9－12

人気の永代供養墓（個別に納骨いたします。）夫婦でご一緒に入れます

わが家が見える公園墓地・大阪平野一望

池田・五月山緑地霊園
12万円～（税込）

代金に含まれる内容
- 黒御影石碑に家名を彫刻します。
- 「やすらぎの郷」個別納骨室に納骨
- 過去帳に記載
- 永代供養料（1名様）
- 永代供養1霊位追加 5万円

永代供養墓「やすらぎの郷」
所在地／池田市畑 3-8-37
合祀納骨1霊位 5万円

「箕面駅」より徒歩4分の好立地

箕面の名刹・寒山寺
40万円～（税込）

代金に含まれる内容
- 黒御影石碑に家名を彫刻します。
- 観音像の納骨室に個別に納骨
- 過去帳に記載
- 寒山寺にて永代供養いたします。
- 永代供養料（1名様）

永代供養墓「久遠」
所在地／箕面市箕面 8-1-3
合祀納骨1霊位 20万円

久遠のやすらぎ　終の棲家として

箕面市・金陵山 本勝院
30万円～（税込）

代金に含まれる内容
- 黒御影石碑に家名を彫刻します。
- 観音像の納骨室に個別に納骨
- 過去帳に記載
- 本勝院にて永代供養いたします。
- 永代供養料（1名様）

永代供養墓「久遠」
所在地／箕面市箕面 4-17-27
合祀納骨1霊位 10万円

人気の室内墓地永代供養墓

永代供養、永代使用で安心の仏壇付墓所

高槻・妙力寺

5万円	合祀供養	管理料不要
30万円より	個別納骨壇	管理料不要
100万円	仏壇付き墓所	永代管理料30万円

※年会費等維持費0円負担がありません。
※他寺の僧侶もお呼び頂けます。
※檀家になる必要がありません。
※宗旨宗派を問わずお申込いただけます。

永代供養「仏壇付墓所」
所在地／高槻市塚脇 1-28-6

人気の特選永代供養墓

日本有数の霊域・高野山奥の院 仏舎利宝塔永代供養

高野山奥の院仏舎利宝塔
平安末期創建の歴史に支えられた名刹
別格本山持明院 冥福五輪塔 永代供養
390万円（税込）

冥福五輪塔は、仏陀誕生の地印度から（クンナム・黒御影石）を使用鎌倉時代後期に形づくられた五輪塔です。全体のバランスが良くとれ、美しい形体をしています。五輪塔の下にご納骨もでき、高野山奥の院に、そして お釈迦様のご遺骨と共に供養される高貴なお墓です。
※据付工事・文字彫刻・仏画彫刻含む。※永代管理料、永代供養料は含みます。
※どなたでもご使用できます。宗旨宗派は一切問いません。

所在地／高野町高野山 132
繰り出し位牌永代供養 50万円（税込）より

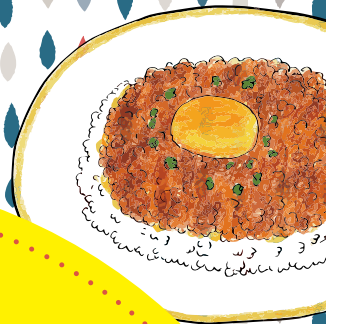
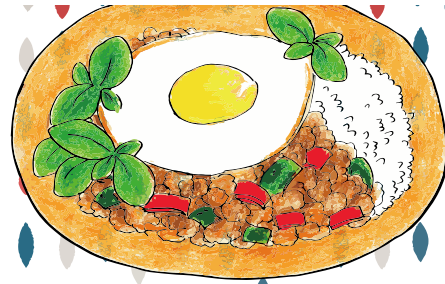
比叡山延暦寺のもと、永遠にご供養　永代供養久遠墓

総本山比叡山延暦寺大霊園

久遠個人墓	1霊位	59.8万円（税込）より
久遠夫婦墓	2霊位	108万円（税込）より
久遠吉祥墓	2霊位	155万円（税込）より
久遠瑞雲墓	2霊位	255万円（税込）より

代金に含まれる内容
永代供養料　過去帳記載　墓地永代使用料　石碑代　石碑彫刻料　永代護持管理費　永代清掃料　開眼納骨法要費用（回向料・祭壇料・供物料供花料）消費税

久遠夫婦墓
所在地／大津市伊香立上龍華 703

4日間開催
入場無料
雨天決行
（荒天中止）

西日本最大級のカレーの祭典

第6回 カレ〜EXPO in 万博公園

2019 5/3(金・祝) → 6(月・休) [4日間]

グルメブロガーが選ぶ、カレー店32店が集結

万博記念公園 東の広場

（大阪府吹田市）

START 9:30 ～ CLOSE 17:00 (L.O.16:30)

別途公園入園料（大人250円、小中学生70円）必要

※万博記念公園入園は16:30まで ※売り切れ次第終了となります。
※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます。
最新情報はカレーEXPOホームページでご確認ください。

カレーEXPO
グランプリ決定戦開催

カレーセット券に付けている投票券で、おいしいと思ったカレー店に投票してください。5月4日に1幕のグランプリ、5月6日に2幕のグランプリと総合BEST3をステージで発表します。

あなたの一票を
お待ちしております！

西日本最大級のカレーの祭典「第6回カレーEXPO」が今年も開催！マニアも唸る
スパイスカレーから欧風カレーまで各日32店のカレーが楽しめます。カレールーの提供がハーフサイズなので
食べ比べができるのもカレーEXPOの醍醐味！同時開催のイベントも盛りだくさん！GWは万博公園へ！！

さらに盛りだくさん！
パワーアップした同時開催イベント

日本カレーパン協会
プロデュース
カレーパンサミット

30種以上

東京で人気のイベントが今回も万博に登場！全国の有名カレーパンが毎日3000個集結！なかなか食べられない名店のカレーパンが全国から大集合する、カレーパン好きには夢のようなイベントです。

出店名

[北海道] Quatre Feuilles（カトルフィーユ） [東京都] リヨン ソレイユ（プラスパン）／大泉製パン／サンジェルマン／代官山シェ・リュイ／喜福堂／ボンジュール・ボン／クラウンベーカリー／Boulangerie shima／プチ・フール／ラトリエ アンソレイエ／ビストロ喜楽亭／築地木村家／東京あげパン／ボワ・ド・ヴァンセンヌ [千葉県] ベーカリー ハレビノ [神奈川県] 手づくりパンとケーキのお店パリジェンヌ [石川県] パンの朝顔 [滋賀県] 株式会社滋賀のええもんや [大阪府] ホットクロス 南堀江店 ／石窯パンの店ゴッホ（gogh）／パン工房鳴門屋 [兵庫県] コウノトリの恵み 豊岡（工房グリーン） [広島県] ゆういちのパン屋 Mush

第5回
関西の人気スイーツ店が大集合

「プーさんの満腹日記」で人気のブロガー、プーさんが選ぶスイーツ約20店。スイーツだけでも堪能できるラインナップです。

第4回
パン好きのためのイベント

美味しいと評判の人気のパンやさんが大集結！カレーとパンの相性もバッチリ！テイクアウト用に個包装しているので、ご自宅でもお楽しみください。

40店出店

手作り雑貨大集合！
ロハスフェスタ蚤の市

ロハスフェスタで人気の手づくり雑貨が登場します。

掘り出しものがあるかも

古本市

大好評の古本市が
今回もやってくる！

今回も関西の有名・人気の独立系書店が大集合。カレー店に負けず劣らず個性豊かな各店が持ち寄る、こだわりの古本たちにどうぞご期待ください！！※雨天中止

食事テント
ブースも完備

主 催：City Life

問合せ：カレー・スイーツEXPO事務局（株式会社シティライフNEW内） TEL：06-6338-0641 後援：大阪府／在大阪スリランカ名誉総領事館
協力：大阪モノレール 詳しくはカレーEXPO公式ホームページを http://curryexpo.com スイーツEXPO http://sweets-expo.com

カレーEXPO、スイーツEXPO、パン博参加店の一部を紹介

カレーEXPO

カレーEXPO 検索 http://curryexpo.com
他の参加店はホームページをご覧ください。

パオーン!! the Curry
和牛バラ入り欧風スパイスカレー

和牛バラをオリジナルフォンドボーで煮込み、チキンブイヨン、香味野菜、20種類以上のスパイスを使用。深みのある、毎日食べても飽きない味に仕上げました。

Y・S・I
神戸美人カレー

コールドプレスジュース屋が作った、水不使用！8種類以上の野菜フルーツ使用！食べながらキレイになれる、いま噂のカレー。ぜひ一度ご賞味ください！

札幌スープカレーJACK
薫る!!濃厚海老のスープカレー

約8年間札幌の有名店を渡り歩き修行をした後、2018年11月末に大阪・新町にて「札幌スープカレーJACK」をオープン。新聞や雑誌、ラジオやテレビなどにも紹介された人気の濃厚海老のスープカレーをご用意しました!!スープカレー屋は初出展のことなので今回を機にスープカレーを広めていきたいと思います。

ペッシェ ロッソ
和牛仕立て 欧風チョコレートカレー

和牛筋ベースのブイヨンでコトコトと煮込んだヤゲン軟骨と根菜類を、フランス産のグリュエ・ド・カカオで仕上げたコクと香りの欧風スパイスカレー！今までなかった深みのある味を堪能してください。

大阪 裏ボンバシ系スパイスカリー NOMSON CURRY
牛豚愛挽の燻製キーマ

ヒッコリー、ウィスキーオークで燻製した香り高い牛豚合挽ミンチ×追い鰹出汁の暴力的旨味。総てのスパイスカレーファンに捧ぐノムソンカリーの粋を極めた最高傑作ですん!トッピングには鰹出汁を効かせた牛あぶらかす&燻製ブラックペッパーの手羽先もオヌヌメですーん！大阪スパイスカレーの真骨頂、キーマ界の帝王降臨。

ソラーズキッチン『カレーくんのおいしいカレー』
甘くて辛くてコクがある コクうまカレー

ソラーズキッチンの自慢のカレーは、甘くて辛くてコクがあるスパイスの効いた「元祖大阪カレー」です。焦げる寸前まで焙煎することでスパイスの風味を高め、熟成させることにより奥が深いコクがあるカレーが誕生しました。一度食べたらやみつきになる、毎日食べたくなってしまうようなとても印象に残るカレーです。

CLポイントアプリは無料でダウンロードしていただけます。
CLポイントアプリの特典画面を会場内チケットブースで掲示いただくと
カレーセット券1,200円→1,150円
でご提供させていただきます。 ※お一人様1日一回限り有効

有名ブロガーやカレー通が推薦！

「うまから手帖」	K1郎さん
「大阪人ロックの旨いもんを喰らう!!」	大阪人ロックさん
「Mのランチ」	M三郎さん
「かれおた★curry maniacx」	TAKさん
「美食磁石」	さいちゃん
「大阪の駆け出しデザイナー92の日常」	駆け出しデザイナー92さん
「カレー好きアラサーOL(の)華麗なる日々」	ミホキンさん

カレーEXPOのみチケット制です

※当日会場で販売します

※カレーセット

- ●カレーセット券 カレールー・ハーフサイズ 2杯 + ライス 250g 1皿 **1,200円**
- ●カレールー・ハーフサイズ単品 **500円**
- ●ライス単品 **300円**

●カレーEXPOで提供するカレーは、上の写真の盛り付けと異なります。●カレーEXPOではカレールーは全てハーフサイズとなり専用容器で提供いたします。●トッピングは別途有料となります。●カレーEXPOはチケット制です。当日チケットブースにてお買い求めください。

スイーツEXPO

スイーツEXPO 検索 http://sweets-expo.com
他の参加店はホームページをご覧ください。

21店
出店

Pusan's full of happiness diary
プーさんの満腹日記

Produce by プーさん

人気のグルメブログ「プーさんの満腹日記」のブロガーのプーさん。大阪では知らないスイーツはない！？というほどのスイーツ通のプーさん厳選の名店が登場します！

プーさんの満腹日記 検索

ともみジェラーto
ジェラート

日本の美味しい食材をジェラートに。シンプルに素材を生かしたジェラートを作りたいと、なるべく生産者さんのところへ行き、見て触れて聞いて感じて勉強し、生産者さんの顔を思い浮かべながらジェラートを作っています。

菓楽
くずひむろ

食べ歩きしやすいフローズン葛餅バー。“もちっシャリ”と暑い季節にぴったりの新食感スイーツ。フルーツのゴロゴロ入った『フルーツMIX』、さっぱりジューシーな愛媛県産のみかんを使った『みかん』、福岡県産あまおうと濃厚なミルクの『いちご杏仁』、京都宇治抹茶使用の『極み・抹茶小豆』の4種類。

アルティメイトクレープス
クレープ

地元食材にこだわった上質なクレープです。甘すぎないクリームに上品な味わいのソースと果物。1時間待ちの行列になることも多々。奈良県Facebookランキング1位継続中。

Gori's Kitchen
京てぃらみす

本場イタリアで修業をつんだシェフこだわりの逸品。**[プレーン]**ふわっととろけるクリーミーさとエスプレッソのほろ苦さが絶妙なハーモニー。**[抹茶]**濃いお抹茶に仕上げることで、香りの高い大人な味わい。**[ほうじ茶]**濃厚で香ばしい仕上がり。抹茶、ほうじ茶共に最高級品を使用。

●スイーツEXPOで提供するスイーツは、上の写真と提供方法が異なります。●スイーツEXPOは各店で現金にてお買い求めください。

パン博

kentauros
神戸ピロシキ

百貨店で行列ができるお店kenntauros.。本場ロシアの揚げパンピロシキの専門店。ひき肉、卵、玉ねぎが入った神戸風ピロシキにボイル軟骨を入れてるのが特徴。プリプリこりこりの食感が美味しさを引き立てます。

侍ぱん次郎左衛門
侍ぱん

保存料、乳化剤を使わず米粉、生クリーム、北海道産バター、加糖練乳、マスカルポーネを練りこみ、後味のミルキーな風味、トーストすれば表面のカリッとした食感と香ばしさが特徴。生のままでも美味しく、ほのかな甘みで惣菜、ジャムやフルーツとも相性が良く、素材の味を引き立てます。

Bakery Ferdinand
肉厚ロースカツサンド

池田の老舗Ferdinandが誇る一番人気パンドミでサンドしたボリューミーで食べ応え有る肉厚ロースカツサンド。特製ソースとの相性抜群のこのサンドはFerdinandフリークに絶大人気のサンドです。この機会に是非！

らすく屋
キャラメルラスク
(サクサクひとくちラスク)

当店のらすくはすべて手作りで、低温オーブンでじっくり二度焼きしています。帝塚山のマダム達や地元の人達の手土産として人気のお店で、テレビや雑誌にも多数紹介されている大注目のらすく屋です。7種類のフレーバーをご用意しております。一口サイズ・サクサク感をお楽しみください！

カトマンドゥカリー PUJA
ゴロッとタンドリーチキンの入った辛ロスパイシーカレーパン

ネパール人シェフが、日本人の味覚に合わせ淡路の玉葱を大量に長時間炒め、水や小麦粉(つなぎ)は一切使用せず(水分は野菜のみ)、36種の良質なスパイス、ハーブ、乳製品も贅沢に使用原材料を凝縮したコクのある深い味わいのカリーにタンドール(炭窯)で焼いたチキンをごろっと入れた究極のカリーパン

●パン博は各店で現金にてお買い求めください。

無料 ＼会場内特設ステージ／
おでかけよしもと漫才劇場

カレーEXPO会場内の特設ステージでよしもと漫才が無料で楽しめる！

ツートライブ

からし蓮根

祇園

紅しょうが

吉田たち

マルセイユ

5/4 ツートライブ
からし蓮根
5/5 祇園
紅しょうが
5/6 吉田たち
マルセイユ

写真は1番人気、二代目 ふぐ義コース
（てっちり・てっさ・湯びき・煮凍り・唐揚げ・雑炊）

「春のふぐ祭り」好評につき今月も開催 最高級国産とらふぐが特別価格で味わえる

先代から受け継ぐ技と守り抜く味で上質を知る大人も納得の老舗専門店ふぐ義。国産とらふぐを注文ごとにさばくため新鮮そのもの。お勧めはてっちり、てっさ、湯びき、煮こごり、とらふぐの唐揚げ、雑炊を堪能できるふぐ義コース。ゆずが香る自家製ポン酢でいただくてっさが美味！最高級ひれ酒がいただける飲み放題も同店ならでは。

絶品！ふぐ義特製のひれ酒。

特典

「シティライフを見た」で　(5月末まで)※価格はすべて税別
- ●活てっちりコース……1人前4,500円→**3,980円**
- ●人気！二代目 ふぐ義コース……1人前5,800円→**4,980円**
- ●ふぐしゃぶコース(要予約)……1人前7,800円→**6,980円**

[てっちり、てっさ、湯びき、煮こごり、唐揚げ、ふぐしゃぶ、皮しゃぶ、雑炊、デザート]

二代目 ふぐ義
高槻市高槻町11-21
営／17時～23時（入店21時まで）
月曜定休（祝日の場合は営業）
072-681-9515

春らしさ満載の贅沢な京の味 予約限定のお値打ちランチ御膳

古都の風情漂う京町屋の店内で、彩りも美しいちらし鮨や和スイーツなど、本格京料理の粋を堪能できるランチ御膳はいかが？ 厳選した春の味覚をたっぷり盛り込んで予約限定。おトクに同店ならではのプチ贅沢感を楽しんで。くつろげる雰囲気は、ママ友の集まりにもピッタリ！

特典

「シティライフを見た」と前日までの予約で
- 【ランチ限定】京月の春御膳……3,000円→**2,500円**
（口取りプレート／ 鮮魚造り盛り／季節の蒸し物／旬魚西京焼き／天ぷら盛り合わせ／彩りちらし鮨／お吸い物）
- さらに**食後のコーヒー、デザートをサービス！**
（5月末まで）

京ごはんとろばたやき
京月 高槻店〈きょうげつ〉
高槻市紺屋町7-8
営／11時半～14時半（L.O14時）
17時～23時（L.O22時半）
日曜日は22時まで（L.O21時半）
072-685-2929

幹事も楽々な「焼肉食べ飲み放題」。ビールや梅酒などドリンクメニューも豊富。

コスパ抜群、直営店だからできる ワンランク上の焼肉食べ飲み放題

高槻を中心に7店舗のスーパーマーケットを展開するミートモリタ屋が手掛ける炭火焼肉店。厳選上質肉がお得に味わえる飲み放題付の食べ飲み放題が大人気。宴会は56名までOK！個室もあるので歓送迎会にもピッタリ。

特典利用時サービスの特上ロース

Menu

焼肉食べ飲み放題（90分）
- ・大人（中学生以上）3,300円
- ・小学生……2,100円

（幼児は無料）
※価格は全て税別

特典

「シティライフを見た」と前日までの予約で
特上ロースワンプレートをサービス
※利用は4名～、他券併用不可、ディナータイムのみ　（6月末まで）

京焼肉・炭火焼 **ぎんすい**
高槻市栄町4丁目15-8 モリタ屋栄店2F
営／平日11時半～15時・17時～23時
土祝11時半～23時（日曜22時）
各L.Oは30分前 年中無休　Pあり
0120-029-892

グルメの街で 見つけた 絶品Menu
Go round the Good Gourmet

北摂のおすすめグルメ Gourmet

北摂の美味しいグルメ店を紹介します
お気に入りのお店を見つけてください

ザクっとした食感のロースカツは粗挽きのパン粉を店で丁寧に手付けして仕上げる。

35種のスパイスをオリジナルにブレンド 甘さの後に来る辛さがクセになる本格派

高槻で30年以上愛されてきた同店がメニューを刷新！野菜とフルーツをとろけるまで煮込んでコクと旨みを引き出し、辛味・香りそして色のスパイスを独自に配合したカレーソースは、ほんのりとした甘さを感じた後にじわじわと迫る辛さが特徴。大辛・中辛・甘口から選べ、トッピングも27種類と豊富なので大人から子どもまでみんなで楽しめる。

フレッシュパクチーカレーといった変わり種の他にも、京水菜など季節の野菜を使用したメニューも用意！

Menu
- 国産牛ビーフカレー……790円
- ロースカツカレー……800円
- フレッシュパクチーカレー900円

特典

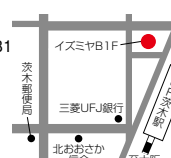
「シティライフを見た」で、ロースカツカレー800円が**650円！**（5月末まで）

カレーハウス
スパイシー 高槻店
高槻市高槻町20-12
(JR高槻徒歩5分、阪急高槻市徒歩3分)
営／11時～21時(LO20時半)　無休
072-681-9636

茨木産採れたて野菜とお米を使用、メインのお肉もボリュームたっぷり！食後の珈琲もついてお得。

JR茨木駅スグ、JAZZバーで 優雅なランチ、ママ友との集いに

夜はジャズやピアノ生演奏を楽しめる大人な雰囲気の茨木グリル。「行きたいけど夜はちょっと出かけづらい…」という人にも朗報。2月よりランチ営業もスタート、落ち着いた雰囲気はそのままにシェフが腕を振るう料理を味わえる。50名以上入れるので、団体利用も。

茨木グリル
茨木市西駅前町 4 茨木ショップタウンB1
営／11時半～24時
ランチ11時半～14時半
不定休　※ランチタイムは演奏なし
072-655-8096
http://ibaraki-grill.com/

Menu

＜ランチメニュー＞※スープ・ライス・珈琲付※税別表記
- シェフおまかせランチ……1,000円
- 十勝産かちこみ豚のソテー……1,000円
- 赤ワイン漬け　鶏のから揚げ……1,000円

＜カフェメニュー＞
- ケーキ……500円※ドリンク合わせて注文で100円引

「江戸時代の饗応御膳」3800円（税別）

歴史料理 ― 成田家 ―
坂本龍馬が最期の晩、食べるはずだった一品。

歴史好きの店主がお贈りする「歴史×料理」企画。第1弾は「江戸時代の饗応御膳」。幕末の志士・坂本龍馬が最期の晩に予約していた軍鶏鍋をはじめ、当時親しまれていた鮎田楽や串でいただく天ぷら、今の3倍以上あったにぎり寿司など、当時の調理方法にまでこだわり、おいしさを再現。絶品料理で歴史を体感してみては。

青菜のお浸し／鰹と鯛のお造り／鮎田楽／えび・キス・野菜の天ぷら／軍鶏鍋／づけマグロのにぎり寿司／畳イワシのお吸い物／黒蜜白玉団子／お土産（煎り酒）

江戸時代の万能調味料「煎り酒」。日本酒・削り節・昆布・梅干しを煮立てて作る、酸味と旨みが美味しい調味料。上記御膳では、鯛のお造りや天ぷらで味わうことができる。

日本料理 成田家
茨木市別院町3−19
営／11時～14時 17時～22時
水曜定休
0120・22・7273
http://ibaraki-naritaya.com/

阪急本通商店街／市営駐車場／市民会館／市役所／茨木別院／市営駐輪場／阪急茨木市

Pusan's full of happiness diary

人気グルメブログ　プーさんの満腹日記の
旨いもんを喰らう!!

このコーナーは、美味しい店を知り尽くすグルメブロガー「プーさん」からの、おすすめグルメ情報を紹介していきます。ブログもチェックしてみてください。

ブログは「プーさんの満腹日記」で検索

インスタグラム更新中！
@pu_san_manpuku
ブログ未記載のウルトラメチャ旨いお店も！

vol.60 麻婆シビカラあんかけまぜそば 880円

紅紅火火さんの麻婆バルがオープンしたので行ってきました。流行りの『痺れ』メニューがいっぱいですね。まずは『水餃子 濃厚胡麻ソース』1個150円。たっぷり濃厚胡麻ソースをつけて一口！超ウルトラメチャ旨い！肉汁があふれ出て、肉肉しい餡に甘めの胡麻ソースがマッチしていいですね。〆に絶対食べてほしいってことで『麻婆シビカラあんかけまぜそば』。ではでは一口！超ウルトラメチャ旨い！ここの麻婆はご飯だけじゃなくて麺にもすごくあいます！細麺にすごく絡んで、これは絶対に食べてほしいです。麺が終わると具が残るので白ご飯小を頼んで麻婆丼に。では一口！超ウルトラメチャ旨い！ウルトラ必食だと思いますので、是非行ってみてください。

このお店一押し『紅火麻婆茄子』紅紅火火特有の濃厚な麻辣がいいですね〜。ではでは一口！超ウルトラメチャ旨い！茄子の甘みと麻辣の辛さが絶妙でこれはご飯泥棒ですね〜。これだけで白ご飯2杯は食べれる美味しさです。

取材協力 **餃猫虎龍**〈チャオマオフーロン〉

茨木市永代町8-30 大槻ビル 1F
営／月～金18時～23時（L.O22時半）
土日祝17時～23時（L.O22時半）
水曜定休
072-623-6828

MENU
- ●紅火麻婆豆腐……780円
- ●紅火麻婆茄子……780円
- ●紅紅火火の濃絶杏仁豆腐 380円
- ●四川火鍋串……各種200円～

※紅紅火火とTelが同じなため、問い合わせ時は、「餃猫虎龍」とお伝え下さい。

5月で13周年を迎える天ぷらの山「山の初夏定食」が新登場

揚げたての天ぷらを順々に食べられる天ぷらの山。おすすめは「山の初夏定食(写真左1,100円)」で、海老2尾、イカ下足、金目鯛、サワラ、えび餅、レンコン、なす、新玉ねぎがついた内容だ。+100円で追加できる「そば」も人気で、吹田グリーンプレイス店では、定食に小そばを追加するか、ご飯の替わりに大そばにするかを選べる。箕面本店では小そばが10時～15時まで、大そばは平日15時以降の提供。

箕面本店　吹田グリーンプレイス店

Menu

- 野菜定食(季節の野菜7種)……690円
- 海老定食……730円（海老・キス・イカ・野菜3種）
- 山定食……930円（海老・キス・イカ・豚ロース・野菜3種）
- 穴子定食……950円（穴子一本揚げ・キス・イカ・野菜3種）

特典

この記事持参で **特製蒸しプリンをサービス**（平日のみ、4/27～5/6除く、数量限定、箕面本店のみ、5月末まで）

天ぷらの山 http://yama-yama.com/

【 箕面本店 】
箕面市船場東3-9-2-1F
営／10時～21時(LO20時半頃)
全62席(カウンター38席、テーブル4席)
店舗前専用駐車場全11台　不定休
072-730-2290

【 吹田グリーンプレイス店 】
吹田市片山町2-3-3
営／11時～21時(LO20時半頃)
全45席(カウンター21席、テーブル4席)
施設内駐車場有　不定休
06-6389-1190

市役所15階から望む絶景 女子会・ランチ会におすすめコース

高槻一望の絶景を眺めながら、お食事が楽しめる同店。一番のおすすめは、季節毎に内容が変わるので毎回楽しみにしているファンも多い"至福コース"。今回は、野菜やフルーツを使ったヘルシーな内容。ミニ姿フカヒレは枝豆を使った優しいスープに、海鮮を使ったアボカドはグラタンでクリーミーな味わい。揚げ鶏には黒酢を使ったソースと女性が喜ぶ内容！ランチタイムは読者特典で500円引き、セルフにてコーヒー・紅茶が飲み放題とさらにお得！

ゴールデンウィーク期間限定の端午節コース3,200円(ランチ・ディナーともにOK)も注目！

(上)こちらが今回登場の「至福コース」。

(左)一面全部が窓と、いずれの席からも高槻が一望できる。

Menu

- 至福コース……2,500円
前菜盛り合わせ/ミニ姿フカヒレ入り 枝豆のひすいスープ/牛肉とマンゴーの炒め/海鮮とアボカドのクリーミーグラタン/揚げ鶏の黒酢ソース/干し海老の炒飯/デザート/中国茶

特典

「シティライフを見た」と予約で　(5/7～6/30まで)
至福コース2,500円→ランチ**2,000円**・ディナー(予約にて)**2,300円**
ディナーは「**エビマヨ**」or「**揚げ春巻き**」のいずれか一品プラス
※ランチは前日までの予約制、ディナーは平日火～金のみ、チョイスは1グループ統一　※カード払い不可

中華菜館 桃莉〈トウリ〉

高槻市桃園町2-1
高槻市役所総合センター15F
営／ランチ 11時～14時半(L.O14時)
ディナー17時～22時(L.O21時)
月曜定休
※GW期間も通常営業
072-670-3550

可愛くて手土産にもオススメ 甘さ控えめの優しいどら焼き

1枚1枚店内で手焼きしている生地は、水を一滴も使わず、有機豆乳のみでぜいたくに作られている。北海道産の小豆やてぼ豆にこだわり、素材の風味を活かした自家製あんとの相性も抜群。

あん小屋どらサン

NEW OPEN

高槻市城北町2-13-9
営／10時～18時
月曜定休(日曜・祝日不定休)
※臨時休業などインスタでお知らせ
050-7125-8855

Menu

- どらサン……各種180円（赤あん・白あん・こしあん）
- どらサン 抹茶……200円
- どらサン くるみあん 200円
- どらサンソフト……380円

特典

「シティライフを見た」でどらサンソフトお買い上げの方に **ミニどらサン1個プレゼント**
※各日20個限定なくなり次第終了
※おひとり様おひとつ(5月末まで)

令和の超よくばり定食(2,380円)はトラフグ刺し、銀鱈カマ照り焼き、淡路島産穴子と太刀魚と野菜の天ぷら、あご落とし明太子のラインナップ！

大阪府中央卸売市場仲買直営 銀蔵6年目の目標は「海鮮ランチで日本一」

5周年となる5月は「令和の超よくばり定食」と彦にゃんの愛称で知られる古川バイヤーオススメの「彦にゃんのよくばり定食」が登場。6年目の銀蔵は「"海鮮ランチを食べるなら銀蔵でしょ"と当たり前に言ってもらえるように頑張りますので応援よろしくお願いします！」とのこと。

彦にゃんのよくばり定食(1,780円)はお造り、銀鱈、天ぷらのセット。

Menu

- 5周年記念！5/11(土)12(日)は一番人気の海鮮丼が税込みで**1,000円**(1日500食限定)
- トラフグ刺し、アラ唐揚げ……980円／W1,880円
- 銀鱈カマ照り焼き……580円
- 新作鯖棒寿司……2,380円→**1,980円**(5月末まで)
- あご落とし明太子……398円／天ぷら……450円
- 淡路島産穴子の天ぷら……480円

銀蔵〈ギンゾウ〉

営／昼 10時(箕面駅前店は11時)～15時(LO14時半)
平日夜 18時～21時半(LO21時)日祝夜 17時～21時半(LO21時)
土・祝日前夜 17時～22時(LO21時半)

【小野原本店】
箕面市小野原東5-2-1
Pあり　禁煙
080-1400-3527

【箕面駅前店】(予約可)
箕面市箕面6-4-24サンクスみのお105
Pなし(近隣に有料Pあり)　禁煙
080-3846-7899

マイバック等の持参促進新たに3社締結

2019年4月1日に茨木市を含む北摂7市3町（豊中市、池田市、吹田市、高槻市、茨木市、箕面市、摂津市、島本町、能登町、豊能町）と食品スーパーマーケット3社は「北摂地域におけるマイバック等の持参促進及びレジ袋削減に関する協定」を締結した。

2018年2月に同協定を締結した食品スーパーマーケット9社の店舗では同年6月からレジ袋の無料配布を中止し、「マイバック持参率80%」を目標に持参率向上を図っていた。締結前には北摂地域全体で46.8%だった持参率が6月には76.6%に上昇。より一層促進するために、今回新たに生活協同組合コープこうべ及び株式会社ハートフレンドとレジ袋の無料配布中止の協定を締結したほか、株式会社いかりスーパーマーケットとマイバック持参促進（レジ袋無料配布中止を実施しない）協定を締結した。

無料配布中止の協定に基づき、ハートフレンドは4月15日から、レジ袋の無料配布中止を実施する（コープこうべは店舗ごとに既に実施）。

日建設計が設計 高槻の新文化施設

高槻市が2022年度中のオープンを目指して整備を進めている新文化施設。設計は審査の結果、日建設計が手掛けた。同社は「グランフロント大阪」、「京都迎賓館」など国内の有名建築や、シンガポールの「シンガポール・レールコリドー」といった自然と都市の融合を目指した景観設計を世界的に手掛けている。

新施設は「ひと・まち・未来が輝く文化芸術の創造・発信拠点」をコンセプトとし、

大ホール。北摂最大級で、舞台公演など多彩な用途に利用可能。壁面から天井まで、木製のキューブに覆われた特徴的なデザインで、高い音響効果に加え、建築物としても要注目。

北側からの外観。かつての高槻城を思わせる堀や塀を再現し、外壁には城下町の格子戸をイメージした縦格子の木製ルーバーを張り巡らせている。

入口前には、エントランスロビーやカフェに広く面した屋外広場があり、イベント空間として様々な催しの舞台として活用可能。

街のにぎわいと魅力の向上を目指しており、約1,500席の大ホール、約200席の小ホール、全11室のスタジオを完備している。建設予定地は高槻城二の丸跡地で、歴史的な遺構を外構で一部再現した計画としている。

同市は新施設建設に伴い、長年市民に親しまれていた「高槻現代劇場」に代わる名称を募集する。応募は5月27日から6月30日まで。

FM COCOLO × CITYLIFE 音楽のCOCOLO

radiko なら、パソコン・スマートフォンでFM COCOLOが無料でクリアに聴ける! FM COCOLO 765

今月号からシティライフ読者のために、FM COCOLOの人気DJが季節やテーマに合わせた音楽を紹介してくれます。第一回はロハスフェスタ万博でもおなじみの池田なみ子さんがチョイス。ぜひあなたもミュージックライフを楽しんでください。

MONTHLY SELECT DJ

池田 なみ子

10月17日、大阪生まれ。ライブはもちろん、スポーツ観戦や演劇鑑賞などにも積極的にでかけるアクティブ派。そのいっぽうで着物、歌舞伎、茶道、器、しきたりなど日本の美しいものにも関心が深い。担当番組は「FRIDAY AMUSIC MORNING」（金曜6:00-10:00）、「SATURDAY AMUSIC MORNING」（土曜6:00-10:00）。洋楽をメインにした選曲の合間に生活情報などをはさみながら、さわやかな朝のひとときをお届けしている。

行楽シーズン! お出かけの際に聴きたい。オススメのアルバム

ALBUM
Tapestry / つづれおり

ARTIST
Carole King

キャロル・キングの飾らない声が好きです。朝、カーテンの隙間から差し込む細い光のように、優しくて幸福感にあふれている声。今でも時々、アルバム1枚をフルで聴くくらいのお気に入り。車のHDDにも入れているし、このアルバムからの曲は番組内でもしょっちゅう紹介しています。今の時代にもハマるメロディーや歌詞ですが、50年近く前にリリースされた作品。ベトナム戦争で疲弊したアメリカを、息子や伴侶を戦地へ送り出した女性たちを救った1枚だったかもしれません。人の心に届く優しさや幸福感、疲れた肩にそっと寄り添って、背中をヨシヨシしてくれるようなメロディーは普遍なのだと思わせてくれる1枚です!ぜひあなたの音楽ライブラリーにも加えて下さいね!

Carole King / 1942年ニューヨーク、ブルックリン生まれ。1971年に『つづれおり』（Tapestry）をリリース。世界的な大ヒットとなり、女性シンガー・ソングライターの第一人者としての名声を獲得する。このアルバムは302週間も全米チャートにランクされ続け、グラミー賞で最優秀アルバム賞、最優秀女性ボーカル・パフォーマンス賞、ベスト・シングル賞、ベスト・ソング賞の4部門を受賞。売上は2500万枚を超え、25年間にわたり、女性アーティストのベストセラー・アルバム記録を維持した。

EVENT 北摂イベント

コンサート / ギャラリー / 催し / ミュージアム / 講座・講演

掲載無料 あなたの街の情報をお待ちしております!

メール play@citylife-new.com

※応募・掲載希望月の前月8日まで（以降も受付の場合あり）
※掲載の場合のみ、編集部から連絡いたします。

高槻市立しろあと歴史館 第40回企画展「侍アート 刀剣・甲冑～武具に見る戦いの美」

最後の米沢藩主 上杉茂憲の甲冑（当館蔵）

▶ 開催中～5/12（日）
10時～17時
（入館は16時半まで）
月曜休館、祝日は開館
※5/7（火）は休館

日本の武具は、実用品であると共に武士の威厳を象徴する美術品であり、海外からも「侍アート」として高い評価を得ている。今回は館が収蔵する武具の中から、刀剣と甲冑を中心に優品を選んだ展示。

■高槻市立しろあと歴史館（高槻市城内町1-7）■観覧無料■問:TEL072-673-3987

今城塚古代歴史館春季特別展 継体大王と紀氏 ～今城塚と紀伊の古墳～

▶ 開催中～5/12（日）
10時～17時
（入館は16時半まで）
月曜休館、祝日は開館
※5/7(火)は休館

胡籙型埴輪大日山35号墳 <重要文化財>

紀の川下流域で活躍した雄族「紀氏」は、朝鮮半島との外交に関わり、ヤマト王権を構成した有力豪族。本展では紀伊の古墳文化と、考古資料を通して継体朝における大王と豪族の関係を探る。

■高槻市立今城塚古代歴史館（高槻市郡家新町48-8）■観覧料:一般200円/小中学生100円■問:TEL072-682-0820

下出和美展「Photosynthesis」

忘れられた花壇（2015年、227.3×181.8cm）

▶ 開催中～5/10（金）12時～18時
4/27（土）～5/5（日）は休廊

下出和美の絵画に登場するのは、草花に包まれて眠っているような宙に浮いているような少女たち。少女たちは誰なのか。なぜそこにいるのか。近年の大作を展示する。

■大阪成蹊大学芸術学部棟（南館）1Fギャラリー＜spaceB＞（大阪市東淀川区相川3-10-62）■入場無料
■問:TEL06-6829-2630（吉井・尾家）

創業130年記念 アサヒビールレトロポスター展 SINCE1889

▶ 開催中～2019年年内
9時～17時

アサヒビールは、大阪麦酒（アサヒビールの前身）創業の1889年から130年を迎えた。今までに手がけてきたポスターを一同に展示する。

■アサヒビール吹田工場内（吹田市西の庄町1-45）■入場無料■問:TEL06-6388-1943

茨木市子育て世代向け 就労支援フェア 就職?起業? そろそろ働きたい方のお仕事フェア

▶ 5/30（木）12時～15時

子育てや介護等により仕事から離れている方などを対象に、ハローワーク茨木おすすめの求人コーナーや相談会を中心としたお仕事フェア。小さなお子様が遊べるキッズスペースあり。セミナーを同日開催（申込要）。

■茨木市役所南館10階大会議室（茨木市駅前3-8-13）■参加費無料・事前申込不要
■問:茨木市産業環境部商工労政課 TEL072-620-1620

合同就職説明会「2019たかつき福祉就職フェア」

▶ 5/11（土）
13時～16時

保育園、児童福祉施設、高齢者施設など高槻市の社会福祉法人が一同に集まる合同就職説明会。先輩職員が語る仕事の魅力などミニコーナーも。

■高槻市立生涯学習センター（高槻市桃園町2-1）■参加費無料・事前申込不要
■問:TEL072-674-7497

コールRiver 12thコンサート

▶ 5/25（土）
14時開演（13時半開場）

女性合唱グループ「コールRiver」のコンサート。曲目は「落葉松」ほか。
指揮は前川惠子、ピアノ演奏は藤森恵美。

■茨木市市民総合センター（クリエイトセンター）センターホール（茨木市駅前4-6-16）
■入場無料■問:TEL072-635-7272

第62回茨木市写真展と「第30回茨木市民さくらまつり」写真展

▶ 5/15(水)～19(日)
10時～17時（最終日は15時半まで）

茨木市内外から募った写真を展示する公募展。審査会にて優秀な作品を選び、表彰する。

■茨木市福祉文化会館302・303号室（茨木市駅前4-7-55）■入場無料
■問:TEL072-620-1810（正木）

バイオリン演奏会

▶ 5/5（日）
13時半開演

スズキ・メソード高槻の生徒と卒業生メンバーによるバイオリン演奏会。

■高槻生涯学習センター多目的ホール2F（大阪府高槻市桃園町2-1）■入場無料
■問:TEL090-9867-0908（杉本）

City Life NEWS CULTURE

SPECIAL INTERVIEW

ジャンルにとらわれない音楽センスを発揮
高槻出身のヴァイオリニスト NAOTOさん

金髪がトレードマーク、華麗なステージパフォーマンスやジャンルを超えた音楽活動を行っているヴァイオリニスト・NAOTOさん。関西弁で繰り出されるおもしろく、マニアックなトークは取材中も圧倒されてしまうほど。東京での生活が長いながらも「大阪はやはりホーム感が強い」と語るNAOTOさんに北摂でのエピソードなどについて話を伺った。

まず、北摂での思い出は

JR高槻駅からバスで15分くらい、摂津峡近くの自然豊かなところで育ちました。摂津峡は水がきれいでよく泳いでましたし、蛍もキレイでした。駅前と家では気温が3℃くらい違ってて（笑）。高槻では、駅北口にある本屋や百貨店によく行ってましたね。小さい頃は豊中の服部に住んでいて、庄内駅近くのお肉屋さんのコロッケや、お寿司屋さんのエビのお寿司が大好きでした!そのコロッケ、先日久しぶりに食べたんですが変わらずめちゃめちゃおいしくて。当時のことをいろいろと思い出しましたね。

5/4に地元高槻の「高槻ジャズストリート」に今年も出演、ギターデュオ「DEPAPEPE（デパペペ）」との共演ですね。

ずっと出たかったし、地元でも大きいイベントなので昨年初めて出れて嬉しかったです。小学校の担任の先生や同級生がガンガン来て恥ずかしかったです（笑）。DEPAPEPEは関西出身の同期ということもあり、プライベートも仲良し。お互いの長所を伸ばし合えるくらいわかり合ってるので、3人でライブをやると盛り上がります。

1月にアルバム「Polyvalent（ポリバレント）」が発売になりました。

今回はバンド形式で録ることにこだわりました。人の力ですばらしい音が出せるすごいアーティストがたくさんいて、そんな人たちと曲をやることも大事だなと。収録曲のジャンルは様々ですが、特徴をしっかり理解し、ヴァイオリンを弾くよう心がけています。「Get Wild」は、TM NETWORKが大好きで、好きな曲をバイオリンのみで演奏、昨年ライブで演奏すると意外と盛り上がってアルバムにも収録しました（笑）。

演劇ユニット「TEAM NACS」の舞台「PARAMUSHIR～信じ続けた士魂の旗を掲げて～」のメインテーマ、劇中歌も収録されています。2005年以降TEAM NACSの公演の劇中歌を多数手がけ、演技と絶妙に重なり合う、心揺さぶる曲にも定評があります。

「幌筵島の歌feat.清塚信也」はクラシック感を出したくて、清塚さんにピアノ演奏を依頼。「ホンマうまいな…」と実感、2テイク目でOK!2007年の「HONOR～守り続けた痛みと共に～」の劇中歌である校歌は我ながらよくできているなと。実は、高校野球強豪校の校歌を分析、法則性をふまえて作り上げました。めずらしく「学校名を連呼したい!」と歌詞の注文も。TEAM　NACSのリーダーで演出を多く行っている森崎さんは、音を聞かせる間を入れたり、シーンの意図をもたせる音楽を依頼するんです。プレッシャーもありますが、メンバーに“6人目のナックス”と言ってもらい、いいチームに参加させてもらってるな…とありがたいです。いいものを作ろうという思いが強く、森崎さんとケンカになりそうなことも（笑）。

そのTEAM NACSの舞台映像とNAOTOさんの劇中歌をNAOTOさんのヴァイオリン、オーケストラの生演奏で楽しめる「NACSYMPHONY」が5/15・16に大阪で開催されます。

演劇のフィルムコンサートはおそらく世界初かと。舞台映像と演奏を同時に楽しんでもらいます。お芝居が終わると劇中歌は日の目を見ることがあまりないですが、また聴いていただけるのはありがたいし、嬉しいです。演奏を聴いてシーンを思い出し、舞台映像をまた見直してほしいなと。森崎さんがゲストで来てくれるので、おもしろくなるはず!

話は変わりますが、カレーマイスターの資格や一般社団法人日本スープカレー協会広報宣伝担当理事も務めるほどカレーがお好きなんですね。

「札幌でスープカレーを初めて食べた時、今まで出会ったことのない、口の中がスパイスのシャワーを浴びているような味わいに衝撃を受けたんです。店舗によって味が全然違うなど「もっともっと知りたい!」と大好きになっていきました。関西でも本格的な札幌のスープカレーが食べられるJACKやかれー屋ひろしなどあります。カレー好きな仲間たちとでカレー部というのを作り、メンバーが51人ほど。日々情報交換や報告をしています!

最後に読者に一言お願いします。

高槻はヴァイオリニストを多数輩出しているめずらしい地域なんです。高槻出身で頑張っている僕の姿を「高槻ジャズストリート」などに見に来ていただき、北摂感を共有できればと。高槻にもどんどん帰っていきたいです!

9th Album
「Polyvalent」
（ポリバレント）

「UNKNOWN ASIA」「Make a change」 など 計12曲収録
[発売日] 2019年1月30日（水）
[レーベル] Spice Up Records
[品番] SURE-0028
[税込価格] 3,240円（税抜:3,000円）

【 公演情報 】
NACSYMPHONY 2019
「COLOR～彩り続けた楽曲たちの調べ」
（5/15,16 大阪・フェスティバルホール）
http://www.teamnacs.com/nacsymphony/

高槻ジャズストリート
（5/4・FM COCOLOステージに出演）
https://cocolo.jp/pages/pickup_detail/1393

北摂から南方へ 遠出がしやすい路線新たに

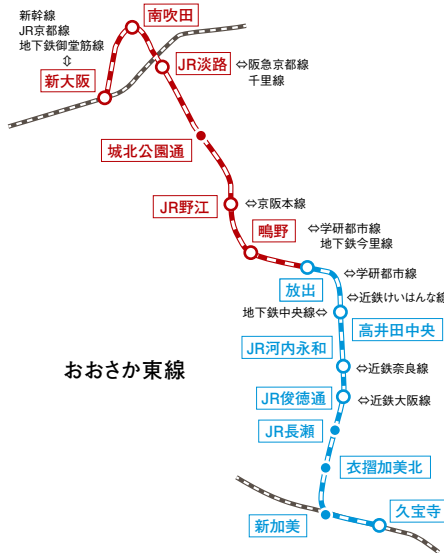
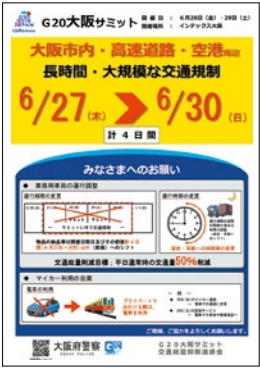
大阪モノレール 門真市駅から南へ延伸

大阪高速鉄道株式会社は2018年7月に国土交通省に延伸事業計画の特許を申請しており、2019年3月19日に許可された。

現在、大阪空港駅から門真市駅までを結んでいる大阪モノレールが、門真市駅から南方へ8.9キロメートル延伸される。新たに門真南駅、鴻池新田駅、荒本駅、瓜生堂駅の4つの駅（名称は仮）が誕生する予定。門真南から荒本までの3駅では大阪メトロ長堀鶴見緑地線、JR学研都市線、近鉄けいはんな線の既存駅に、瓜生堂では近鉄奈良線に新設される駅との連絡ができるようになる。今後、工事の実施に必要となる軌道法の工事施工許可を取得したのち、現地工事に着手する予定で、2029年度の開業を目指している。

本線は1990年の開業から順次延伸し1997年に現在の区間となり、2029年に完成すれば32年ぶりの新ルート誕生となる。

2019年3月 おおさか東線全線開業

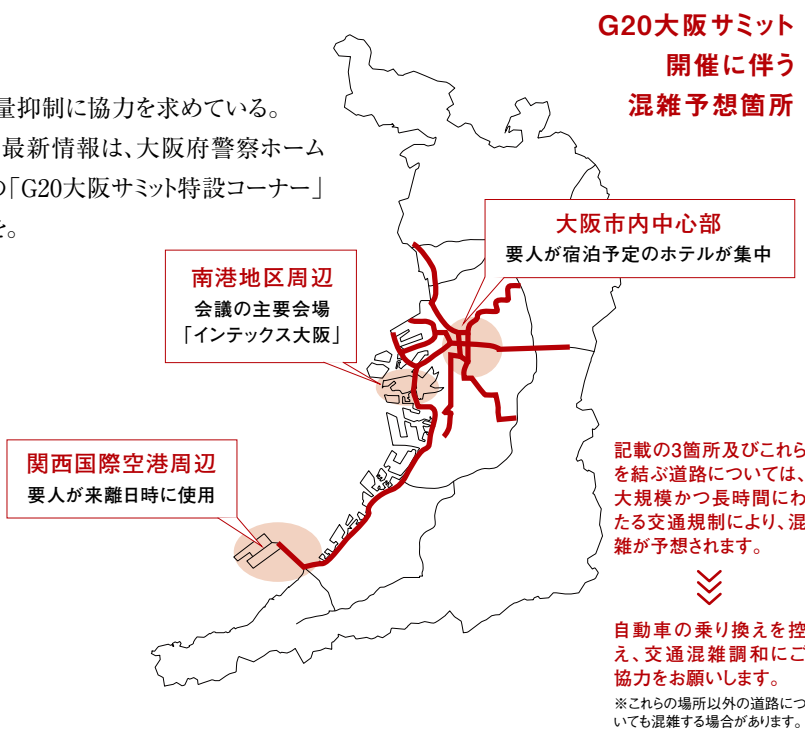
2019年3月16日にJRおおさか東線が全線開業した。2008年3月に放出駅から久宝寺駅間が開業しており、今回は放出駅から新大阪駅間の開業。新駅は南吹田、JR淡路、城北公園通、JR野江の4駅。最終的には北梅田まで延伸され、なにわ筋線直通運転を行う計画となっている。新大阪から久宝寺間は日中15分に一本の間隔で普通電車が運転する。東西線、大和路線と直通を行い新大阪から奈良駅間を約1時間で結ぶ「直通快速」が平日は午後4本、休日には朝夕2本ずつ運転し、北大阪地区から東大阪、奈良、三重方面への移動が便利になる。

6/28(金)・29(土)開催
「G20大阪サミット」における交通規制等の実施

6月28日(金)・29日(土)の2日間、大阪市住之江区にある「インテックス大阪」で、「G20大阪サミット」が開催される。G20大阪サミットは、37の国と国際機関が参加して行われ、日本で開催されるサミットとしては史上最大規模のものとなる。

今回のG20大阪サミットでは、自由貿易の推進やイノベーションを通して経済成長と格差への対処の同時達成、SDGsを中心とした開発・地球規模課題への貢献を通した「人間中心の未来社会」実現を目標に行われる。同時に全国各地で各国の閣僚会合が開かれる。日本のおもてなし精神を世界に世界に発信する良い機会となるが、厳重な警備も必要となってくる。

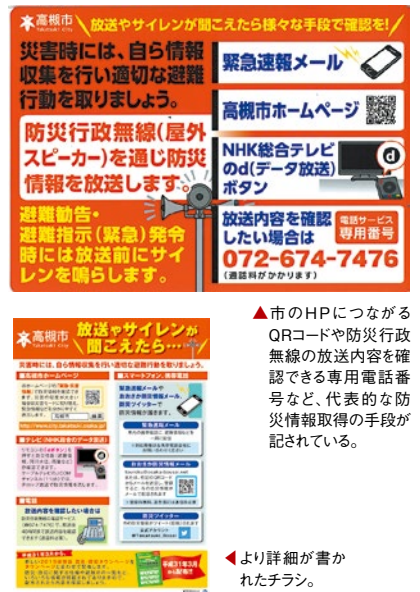
大阪府警察では、サミットの開催に当たり、重要施設や公共交通機関等に対するテロなどの違法行為の発生を未然に防止するための対策を実施している。「不審な人がいる」、「不審な車が停まっている」、「不審な物が置いてある」、そのような時は、お近くの警察署、交番もしくは警戒中の警察官に通報を。

また、サミット開催両日及びその前後の計4日間(6月27日〜30日)については、空港周辺や高速道路、大阪市内を中心に、大規模かつ長時間の交通規制が実施される。開催前後4日間は、マイカーの利用自粛(→電車を利用する)、業務用車両の運行調整(→4日間以外へのシフトや運行時間を深夜・早朝へ変更)などの交通総量抑制に協力を求めている。

詳細・最新情報は、大阪府警察ホームページの「G20大阪サミット特設コーナー」で確認を。

高槻市「防災情報マグネットシート」を配布

高槻市は、「防災情報マグネットシート」20万枚を作成し、市内全世帯と全事業所に約16万枚を配布した。大阪府北部地震では、災害対応の司令塔となる危機管理室があるフロアに市民から情報を求める電話が殺到。台風第21号の際は、強い風や雨の音によって防災行政無線の内容が聞き取れない市民からの電話が相次いだ。災害発生時に市民からの電話が殺到すると、市の災害対応に支障が出ることもあるため、市民自らが様々な手段を用いてスムーズに情報収集できる環境を整えることを目的に作成された。市危機管理室の担当者は、「市民の防災意識向上にもつながれば」と話す。

▲市のHPにつながるQRコードや防災行政無線の放送内容を確認できる専用電話番号など、代表的な防災情報取得の手段が記されている。

◀より詳細が書かれたチラシ。

摂津市
府内初の多剤併用リスク軽減プロジェクト

加齢とともに複数の疾患を合併することが多くなる。疾患の数とともに薬の数も増え、多剤併用(ポリファーマシー)となってしまう。併用による重複投薬や薬物どうしの相互作用の健康リスクも問題となっており、6種類以上の服用になると副作用が起こりやすいと言われている。そこで摂津市は2019年度より、多剤併用による健康リスク軽減と医療費の削減を目的とした「服薬適正化プロジェクト」に乗り出した。摂津市と市の薬剤師会が連携し、複数の医療機関で多数の薬を処方されている市民に、市から服薬履歴をまとめた通知と飲み残した薬を入れる袋「ブラウンバッグ」を送付する。これらを薬局に持参し、薬剤師と相談することで、適正な調剤や残薬調整につなげる、言わば「ポリファーマシー対策」と「ブラウンバッグ運動」を組み合わせた仕組みで、この組み合わせによる取り組みは大阪府内初となる。対象は摂津市内の国民健康保険加入者約1500人。

ごみ減量と再資源化を目指し
豊中市が雑がみ回収袋を作成

豊中市が雑がみ回収袋を作成し、今年3月より市の環境イベントやごみ分別の出前講座の参加者にサンプル配布を始めた。

雑がみとは新聞、雑誌、段ボール、牛乳パックなどのいずれにも属さない紙をさすが、リサイクル可能なものも可燃ごみとして廃棄されてしまうことが多い。豊中市が行った2014年の調査では可燃ごみの約4割が紙類だった。雑がみ回収袋の作成に取り組んだのも、資源に対する市民の意識を高めて可燃ごみを減らすことが目的だ。

市の担当者によれば、雑がみ回収袋を作成してから出前講座の申し込みが急増するなど、環境問題に対する市民の関心が高まっているという。「雑がみの分別は面倒だと思われがちですが、雑がみ回収袋には雑がみの種類や分別方法などがわかりやすく記載されています。家庭ごみの減量や再資源化のきっかけになれば」と話す。

雑がみ回収袋は家庭での雑がみの保管場所として繰り返し利用でき、集めた雑がみは従来通り紙袋や紙箱などに入れて「紙・布」の収集日に出す。回収袋の配布方法などの詳細は豊中市の家庭ごみ事業課まで(06-6858-2275)。

高槻市の一部損壊等住宅修理支援金
申請期間延長

高槻市は2018年6月18日に起きた大阪北部地震と、同年9月4日の台風第21号により一部損壊等の被害を受けた住宅を対象に修理工事の費用の一部を支援する制度を、2019年6月28日まで延長することを決定した。

災害発生時直後から受け付けていた本制度だが、全国各地の災害などの影響で初めに設定していた3月31日の期日では工事が完了しない場合が多かった。その実情を受けての対応となる。

また、同期限までに工事が完了しない場合も6月28日までに事前申し込みをすることで、2020年3月31日まで申請できるようになる。

City Life NEWS

全国で注目される施策や課題は、地域で暮らす私たちにどう影響するのか?身近に起きた出来事やトレンドなど、幅広い分野のニュースを紹介していきます。ネットでもさまざまなニュースを紹介しています。

シティライフNEWS で検索

ふるさと納税の法規制が6月からスタート

ふるさと納税制度は、任意の自治体に寄附をすると、寄附金額から2,000円を超える額を所得税と住民税から控除され、寄附者の税負担が軽くなるというもの。さらに返礼品が獲得できるとして人気を集めてきた。しかし、2019年度税制改正大綱で「ふるさと納税」の新たな規制ルールが設けられた。

制度開始から約10年を迎えるふるさと納税制度。自分の生まれ育った自治体や応援したい自治体に寄附ができ、寄附金額は税金から控除・還付されるため、自己負担が軽減される。さらに魅力あふれる特産品などの返礼品が受けられるとあって、この制度の利用者は年々増加をみせている。

一方で過熱する返礼品競争やトラブルが問題になり、自治体間による"寄附争奪戦"に歯止めをかける目的で、今年の6月に制度が改正となる。新たな規制ルールは「返礼品の額は寄附額の3割以下」、「返礼品は地場産品に限る」というもので、この基準を満たさない自治体に寄附をしても税金控除の対象とならない。また、市内在住者への返礼品も送付できなくなる。

さらに大都市圏の自治体ではふるさと納税で控除される所得税や住民税による税収減が問題となっている。高槻市の場合においても寄附金控除の額が年々増加している。

昨年度、高槻市では災害支援に全国から約5000万円の寄附

高槻市は昨年、最大深度6弱を観測した大阪北部地震や9月に近畿を中心として猛威を振るった台風21号の影響で大きなダメージを受けた。復興に向けて、本制度を活用した災害支援の寄附を募ったところ、様々な地域から5000万円をこえる寄附金が集まった。また、寄附と共に、同市にゆかりのある方や過去の災害に見舞われた経験を持つ方からの温かい応援メッセージも多数寄せられた。現在、集まった寄附金は災害被災者への支援等、同市の復興に活用されている。

15のカテゴリーから寄附の使途を選択できる

同市は平成28年より「良好な景観の形成に関する事業」「安全・安心のまちづくりに関する事業」「子育て環境の充実に関する事業」「歴史遺産の保存・活用に関する事業」など15のカテゴリーを設け、寄附者に使途を選択してもらえる形をとっている。カテゴリー毎の具体的な使い道や寄附件数、寄附額については実績として情報開示している。子育てに関する取り組みは毎年寄附実績が多く、関心の高さが伺える。

また6月からの法改正で、返礼品を市内在住者に送ることができなくなるが、高槻市ではすでに4月よりその形をとっている。また市外からの寄附者には、同市の地場の商品を返礼品として取り入れることで、地域産業の振興に役立てるとともに、寄附者の思いを形にできるよう、使途についてもホームページ等で積極的に公表している。

高槻市ふるさと寄附金パンフレット

『高槻市ふるさと寄附金のご案内』
http://www.city.takatsuki.osaka.jp/shisei/seisakuzaisei/furusato/furusatokifukin.html

【高槻市の取り組み(寄附例)の一例】

【子育て環境の充実に関する事業】

例)休日・一次預かり保育の実施等

【安満遺跡公園の整備に関する事業】

例)公園の管理運営等

【健康づくりと医療の充実に関する事業】

例)無料がん検診の実施等

【市外の方に向けての地場産の返礼品一例】

茨木市では今年4月より7分野から選択可能に

茨木市でも、平成29年7月より使い道を指定して寄附ができる。昨年までの選択肢は「まちの魅力発信に関する事業」と「市政に関する事業(市長におまかせ)」の2つであったが、寄附者がどんな思いを持っているのか、寄附金をどのような取り組みに重点的に使いたいのかをもっと反映していこうと、今年4月からカテゴリーを細分化し、寄附の際に選択できるようになった。「まちづくり」「教育」、「福祉」、「経済」、「安全」、「対話」の6つは市長のマニフェストにも沿ったテーマ、そこに「市長におまかせ」を加えた7つのカテゴリーだ。

昨年はちょうど市制70周年にあたる年であり、11月に行われた記念式典やオール茨木ロケで撮影された映画「葬式の名人」(2019年秋全国公開予定)の制作などに寄附金が当てられた。この映画は茨木市の名誉市民であり、日本人初のノーベル文学賞作家、川端康成の名作群をモチーフにしたもの。主演は前田敦子、高良健吾。この映画制作には、ふるさと納税を利用したクラウドファンディングを設定して寄附を募ったが、目標額1000万円をはるかに上回る、約2400万円が全国から集まった。

ふるさと納税でできる災害支援

また茨木市でも、大阪北部地震による大きな被害を受けた。昨年、ふるさと納税サイトを活用して災害支援の寄附を募ったところ、復興の助けになればと個人からの寄附が約430万円集まった。

ふるさと納税サイトでは「災害支援」という枠を設け、それぞれの災害の被災自治体への寄附支援を募っている。速やかかつダイレクトに、被災自治体に寄附金が届くのが特長だ。

また、今回の法改正で市内在住者への返礼品は送付できなくなるが、同市は平成27年12月から返礼品の提供を開始しているが、開始当初から返礼品の提供は市外の寄附者のみとしている。

摂津市は制度開始当初より本来の寄附制度を一貫

摂津市はふるさと納税制度を活用した「ふるさと寄附金」を受け付けているが、開始当初から返礼品を設定していない。純粋に同市に貢献したいという個人・企業からの、主に市外からの寄附がされており、その使途に関しても特定の分野を示す形ではなく、広く市政に活用している。本来の寄附制度を当初から貫いている自治体であり、今回の法改正についても何ら影響はないようだ。

次回の巻頭特集は豊かな暮らしを提案してくれる「スタイルをもつプロのワザ」の予定です。お楽しみに

●本紙の記事や広告についてのご質問・ご意見など TEL06-6338-0640 info@citylife-new.com ●発行部数15万部
●無料で各戸に配布しています。必要のない方は、お手数ですがご一報ください。
問/株式会社シティライフNEW TEL06-6338-0640 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23